

АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г.С. КОСТЮКА НАПН УКРАЇНИ



**ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ЕКОЛОГО-ОРІЄНТОВАНОЇ
ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

Монографія

За редакцією Ю.М. Швалба

Київ

2018

УДК: 159.922 : 159.923

*Рекомендовано до друку вченою радою Інституту психології імені
Г. С. Костюка НАПН України (протокол № 7 від 02 липня 2018 р.)*

Рецензенти:

Коваленко А.Б. — завідувачка кафедри соціальної психології факультету психології КНУ імені Тараса Шевченка, доктор психологічних наук, професор.

Пророк Н.В. — завідувачка лабораторії психодіагностики та науково-психологічної інформації Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, доктор психологічних наук, старший науковий співробітник.

Особистісні детермінанти еколого-орієнтованої життєдіяльності :
монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.О. Вовчик-Блакитна, О.В. Рудоміно-Дусятська [та ін.]; за ред. Ю.М. Швалба. – К.: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. – 330 с.

ISBN 978-966-97846-4-3

Дана монографія являє собою результат виконання співробітниками лабораторії екологічної психології Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України трирічної науково-дослідної роботи. У ній висвітлюються питання особистісної детермінації еколого-орієнтованої життєдіяльності людини на основі визначених концептуальних положень, теоретичної моделі та отриманого емпіричного матеріалу.

Монографія розрахована на фахівців у галузі екологічної та соціальної психології, психології особистості, психодіагностики, практичних психологів, а також на викладачів і студентів психологічних факультетів вищих навчальних закладів, аспірантів.

Номер державної реєстрації НДР 0116U004810

УДК: 159.922 : 159.923

ЗМІСТ

| | |
|---|-----------|
| Вступ | 5 |
| Розділ 1. Особистість в екопсихологічному вимірі | 7 |
| 1. Еволюційна метафора в психологічній структурі способу життя (<i>Ю. Швалб</i>) | 8 |
| 2. Проблеми ідентичності особистості в контексті еколого- психологічних досліджень (<i>О. Рудоміно-Дусятська</i>)..... | 29 |
| 3. Вольовий компонент особистості в регуляції екологічно орієнтованої життєдіяльності (<i>Т. Кирпенко</i>)..... | 41 |
| 4. Емоційне благополуччя як основа екологічно орієнтованої життєдіяльності особистості (<i>О.Вовчик-Блакитна</i>)..... | 52 |
| <i>Використані джерела</i> | 68 |
| Розділ 2. Психологічні основи екологічно орієнтованої життєдіяльності особистості | 74 |
| 1. Становлення особистості як суб'єкта життєдіяльності (<i>Ю. Швалб</i>) | 75 |
| 2. Термін «життєдіяльність» у публікаціях психологічних досліджень: історичний аналіз (<i>О. Вернік</i>) | 101 |
| 3. Життєдіяльність особистості як предмет психологічного дослідження (<i>О. Вернік</i>) | 120 |
| 4. Проблема життєвого шляху особистості і її життєдіяльності (<i>О.Вернік</i>)..... | 138 |
| 5. Еколого-психологічні аспекти дослідження життєдіяльності особистості (<i>О. Рудоміно-Дусятська</i>) | 156 |
| <i>Використані джерела</i> | 165 |

| | |
|--|------------|
| Розділ 3. Емпіричні дослідження особистісних детермінант екологічно-орієнтованої життєдіяльності | 172 |
| 1. Емпіричне дослідження ідентичності особистості як чинника екологічності її життєдіяльності (<i>О. Рудоміно-Дусятська</i>) | 173 |
| 2. Емпіричне дослідження зв'язку самоконтролю, вольової регуляції та екологічно-орієнтованої життєдіяльності (<i>Т. Кирпенко</i>)..... | 191 |
| 3. Сім'я як соціоекологічна система в просторі мегаполісу (<i>О. Вовчик-Блакитна</i>) | 201 |
| <i>Використані джерела</i> | 223 |
| Розділ 4. Особистість у складних життєвих обставинах..... | 228 |
| 1. Психологічна структура складних життєвих обставин життя особистості (<i>Ю. Швалб</i>) | 229 |
| 2. Екологічна складова адаптації особистості до змін умов буття (<i>О. Матвієнко</i>)..... | 252 |
| 3. Психологічна безпека особистості в медійному просторі (<i>О. Вернік</i>) | 262 |
| 4. Вплив вольових процесів на регуляцію поведінки в екстремальних умовах життєдіяльності (<i>Т. Кирпенко</i>)..... | 279 |
| 5. Оптимізм як основа вибору стратегії подолання наслідків складних життєвих обставин (<i>О. Вовчик-Блакитна</i>) | 289 |
| <i>Використані джерела</i> | 303 |
| Література | 311 |
| Відомості про авторів | 329 |

Життєдіяльність сучасної людини, яка базується на установах суспільства споживання, ескалації матеріальних потреб є провідним чинником погіршення стану навколишнього середовища. Сучасні дослідження в галузі екологічної психології, пов'язаних з нею наукових дисциплін, доводять необхідність трансформації традиційних цінностей та смислів особистого життя, осмислення людиною цінностей суспільства споживання як руйнівних для свого існування, можливість зміни ціннісних пріоритетів з предметно оформлених показників рівня споживання на якісні показники способу буття. Тому виникає необхідність встановлення особливостей функціонування особистості як провідного чинника становлення і реалізації еколого-орієнтованих способів життєдіяльності в різних сферах суспільного буття.

Фундаментальні психологічні дослідження (С.Л. Рубінштейн, К.О. Абульханова, Т.М. Титаренко, Л.В. Сохань, В.І. Панов, Ю.Г. Панюкова,), проведені на основі принципів системності, суб'єктності, екологізму доводять вирішальне значення особистісної детермінації в процесі розбудови власного життя та наповнення його екологічним змістом. Ю.М. Швалбом, В.О. Скребцем, А.М. Львовчіною, С.І. Яковенком виявлений вплив окремих особистісних чинників, що визначають розвиток екологічної свідомості та відповідних їй стратегій діяльності у довкіллі. Т.В. Івановою, О.В. Грішиним показано, що особистість як єдність мотиваційних, емоційних, вольових, рефлексивних та ціннісно-смыслових характеристик визначає зміст екологічного мислення, екологічного світогляду та морально екологічної поведінки.

Однак практично відсутні дослідження взаємодії різнорівневих утворень особистісної структури, їх ієрархічних та координаційних зв'язків в становленні і реалізації еколого-орієнтованої життєдіяльності особистості.

Відзначимо, що у монографії вперше розглядається вплив ціннісно-смыслового рівня особистісної структури на перебіг психічних явищ, які утворюють інші її рівні в процесі здійснення екологічно-орієнтованої життєдіяльності. Вперше планується визначення зворотного впливу вольових та емоційних характеристик особистості на зміст та динаміку процесів у сфері її цінностей та смислів, коли йдеться про детермінацію екологічно-орієнтованої життєдіяльності в різних сферах суспільного буття.

Монографія складається з чотирьох логічно пов'язаних між собою розділів. Перший присвячений теоретико-методологічним проблемам особистості в еколого-психологічному контексті. Зокрема, особистісній організації власного способу життя і вплив на нього домінуючої еволюційної метафори, екологічній ідентичності особистості, ролі вольового і емоційного компонентів в її екологічній орієнтованості. У другому розділі – психологічні основи екологічно орієнтованої життєдіяльності – розглядаються теоретичні проблеми пов'язані з введенням у психологічний апарат поняття «життєдіяльність особистості». Третій розділ відведений для опису результатів емпіричних досліджень особистісних детермінант екологічно орієнтованої життєдіяльності. Серед іншого розглядається ідентичність особистості, складові вольової і емоційної сфери в якості чинників екологічності її життєдіяльності. У процесі виконання плану нашого дослідження практично одночасно з декількох сторін ми стикнулися з не врахованими раніше проблемами, які стосувалися різних життєвих сфер сучасної людини в поточних умовах, пов'язаних з негативними соціальними, економічними і політичними чинниками. Намагання усвідомити й намітити шляхи їх вирішення обумовило появу в монографії четвертого розділу – особистість у складних життєвих обставинах.

Тож, приємного читання!

Розділ І. Особистість в екопсихологічному вимірі

1.1. Еволюційна метафора в психологічній структурі способу життя особистості (*Ю. Швальб*)

1.1.1. Життя людини в усвідомленні і переживаннях

1.1.2. Чотири концепції еволюції живої природи та їх відображення у моделях організації способу життя особистості

1.2. Проблеми ідентичності особистості в контексті еколого- психологічних досліджень (*О. Рудоміно-Дусятська*)

1.3. Вольовий компонент особистості в регуляції екологічно орієнтованої життєдіяльності (*Т. Кирпенко*)

1.4. Емоційне благополуччя як основа екологічно орієнтованої життєдіяльності особистості (*О. Вовчик- Блакитна*)

1.1. ЕВОЛЮЦІЙНА МЕТАФОРА В ПСИХОЛОГІЧНІЙ СТРУКТУРІ СПОСОБУ ЖИТТЯ

1.1.1. Життя людини в усвідомленні і переживаннях

Логіка наукового пошуку й дослідження природи психічного виявляє одну суттєву закономірність – чим ретельніше ми вивчаємо психічні функції, тим скоріше ми починаємо розуміти, що сама психіка і свідомість особистості є функцією Життя, а не «мозку» або «тіла», або «соціуму», або ще не знаю чого. Життя, а точніше, життя людини, стає справжнім об'єктом психології як науки. Причому, життя береться тут не у фізичному або біологічному змісті, а у філософсько-психологічному, як Буття, як процес розгортання життя у формах усвідомлення і переживання.

Таке представлення об'єкта веде до цілого ряду кардинальних наслідків.

По-перше, поняття людини втрачає якусь абстрактно-універсальну «сутність», але знаходить індивідуальне «особа», своє «Я». Поняття людини, принаймні, для психології, перестає бути тільки одиницею статистики, а наповнюється пристрастю діючого індивіда. Тому змінюється й предмет психологічних досліджень, який треба бачити в пошуку загального й закономірного в індивідуально-унікальному, а не в середньостатистичному.

По-друге, поняття життя втрачає свій чисто біологічний зміст й отримує соціальне, психологічне й діяльнісне наповнення. Життя перестає бути фактом існування, а стає особистісним фактом – воно «моя» («твоя», «наша», «його», «чужа» і т.д.). Більше того, індивід вступає в глобальне відношення з життям – він його живе (а іноді – навпаки – життя його живе). Відношення людини до життя знаходить психологічну «щільність» і

якісну визначеність: «Я» не просто «живу», «Я живу це життя» і більше того, «Я живу своє життя». І тут уперше з'являється проблемність існування людини: «Я-то, звичайно, живу, але чи своє життя я живу, й взагалі, навіщо я його живу?». Екзистенціальна філософія й психологія дуже точно схопила це питання й поставила його в центр усього існування людини.

Таким чином, ми можемо стверджувати, що феноменологія життя представлена у свідомості індивіда двічі: як невід'ємна властивість універсуму живої природи і як переживання власного існування. У першому випадку кожний індивід є лише часткою цього загального універсуму життя і він нібито «занурений» у цей нескінченний потік життєвих процесів і циклів. А у другому випадку – це суто внутрішній процес індивідуального існування, де людина, певною мірою, контролює, керує і несе відповідальність за його розгортання і здійснення. Проте, це не два окремих «життя», не два різних процеси – вони пов'язані між собою і є певним відображенням одного одним: кожне індивідуальне життя є часткою загального природного універсуму життя, а природне життя є органічною часткою життя людини. Цей факт було добре осмислено ще з давньогрецьких часів у вченнях Демокрита і Геракліта, які з певними варіаціями дійшли до наших часів.

У методологічному контексті такий спосіб зв'язку фіксується у так званій «матрьошечній» моделі, де кожний процес може бути представлений як вбудований в такий же за своїми законами функціонування, але більший за масштабами існування (див. рис.1.1).

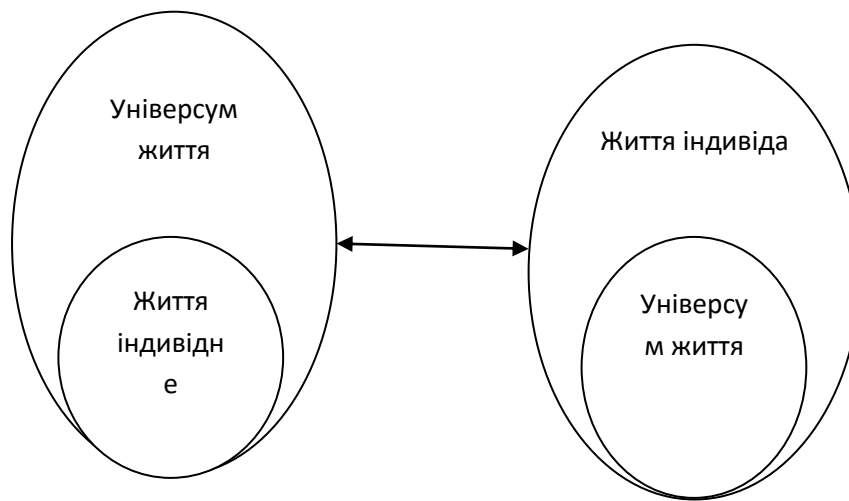


Рис. 1.1. «Матрьошечна» модель зв'язку макро- і мікрокосму

Такий спосіб моделювання наочно показує, що існування кожного індивідуального життя є тільки проявом загального універсуму, але універсум життя існує тільки у індивідуальних формах життя.

На біологічному рівні тваринного існування цей зв'язок процесів встановлюється безпосередньо, як закон існування, але на людському рівні ця безпосередність зникає і виникає опосередкована система, де зв'язки стають скритими і не очевидними. Такою ланкою опосередкування постає наша свідомість¹, де існування універсуму природи і людське існування представлені як дві різні сутності. Це означає, що ми вимушені кожного разу встановлювати такий зв'язок, встановлювати на свідомому рівні відповідність нашого власного існування і існування природного світу (див. рис.1.2).

¹ Якщо бути більш точним і коректним, то опосередкування здійснюється через подвійний конструкт «свідомість//діяльність», але у даному контексті, на нашу думку, можна не обговорювати специфіку його будови і функціонування.

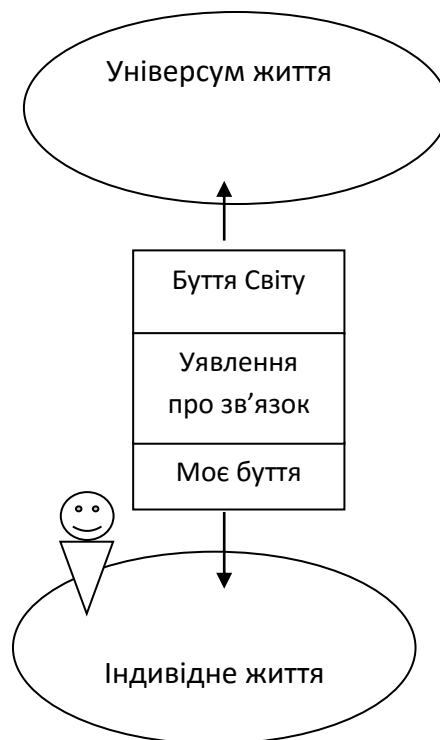


Рис. 1.2. Модель опосередкування зв'язку універсуму життя та індивідного життя

Ми можемо виокремити, принаймні, два способи встановлення такого зв'язку:

- на соціокультурному рівні через затвердження певної світоглядної картини Світу, яка відображує переважний для даного суспільства спосіб усвідомлення єдності існування;
- на індивідуальному рівні через уявлення особи про природу і людську сутність, які відображують особистісну ідею того, як «правильно» має розгортатися процес життя і життєдіяльності.

Світоглядна картина Світу (незалежно від того, у якій формі свідомості вона зафіксована: міфологічній, релігійній, містичній, науковій тощо) обов'язково містить у собі дві моделі – модель законів існування Світу і модель законів існування Людини, та вказує на спосіб їх зв'язку у

певну несуперечливу цілісність. Освоєння індивідом цієї картини світу і відбувається через формування особистої впевненості у тому як «правильно» існує світ і як «правильно» має жити людина. Внутрішня узгодженість цих двох моделей «правильності» задає особистості базові принципи розуміння організації загального простору життя та побудови власної життєдіяльності у цьому просторі.

Хоча в індивідуальній буденній свідомості водночас можуть бути актуалізованими різні культурні форми свідомості, проте, все ж таки за останні три століття переважною стала спрощена форма наукової раціональності. В цій науковій раціональності природа і Світ взагалі представлено не тільки через моделі певних предметностей, але й через моделі змінюваності Світу. На відміну від міфологічних уявлень про циклічну незмінність світу, наукові моделі затверджують змінюваність як його атрибутивну властивість. Стосовно універсуму природи, як частини загального Світу, у науковій парадигмі ця змінюваність зафіксована через концепції еволюції, в першу чергу, біологічної еволюції.

Саме концепція еволюції є найближчою для нашого буденного розуміння моделлю законів змінюваності (мінливості) світу природи і саме через неї ми будуємо власний закон природності нашого буття. При цьому, із всієї цілісної наукової концепції ми «висмикуємо» те чи інше окреме положення, і в нашій буденній свідомості воно функціонує як одна з базових метафор розуміння світу в цілому. Спираючись на цю метафору ми починаємо конструювати наш власний принцип «правильної» організації процесу життя і життєдіяльності. Через таку метафору ми й досягаємо необхідного і достатнього рівня узгодженості наших уявлень про природний світ і про себе як його частину, що відображується нами у переживанні конгруентності і адекватності. І тому ця метафора стає своєрідною «точкою відліку» для нашого сприйняття і оцінки власного життя як «правильного» та «нормального».

Тобто, еволюційна метафора, з одного боку, виступає у якості психологічного інструменту сприйняття навколишнього середовища, виокремлюючи із всього розмаїття об'єктивних змін тільки ті, які відповідають уявленню про «закономірність» життя і, з іншого боку, стає основою нашої психологічної готовності діяти певним чином, стає психологічною основою поведінкових установок (див. рис. 1.3).

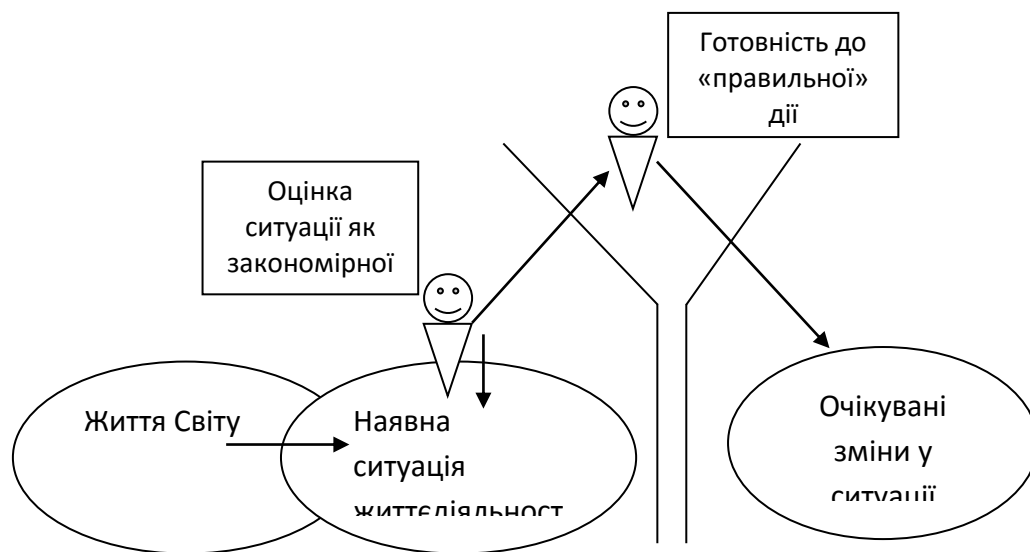


Рис. 1.3. Психологічні функції уявлення про «правильність» буття

2.1.2. Чотири концепції еволюції життя та їх відображення у моделях організації способу життя людини

Як відомо, у XIX-му столітті склалося чотири наукові концепції еволюції живої природи², які з тими чи іншими варіаціями досі обговорюються та розвиваються науковою спільнотою. Проте, треба зауважити, за цей час ці теорії стали не тільки предметом наукового дискурсу, але й невід'ємною частиною буденної свідомості людей. Більш того, у суспільній свідомості реально присутні усі чотири наукові картини еволюції природи, кожна з яких активно підтримується і просувається через усі засоби масової комунікації та трансляції культури.

У філософсько-гуманістичному плані наявні чотири теорії еволюції, на наш погляд, можна поділити на дві групи за базовою парадигмальною основою. Першу групу утворюють теорії Ж.Кюв'є та Ч.Дарвіна, які вважають рушійною силою розвитку природи наявні у самій природі певні загрози для існування живих організмів чи їх видів, а механізми подолання цих загроз і описуються як механізми еволюції. Другу групу утворюють теорії Ж.-Б. Ламарка та П.Кропоткіна, які вважають рушійною силою розвитку природи наявні у самій природі позитивні взаємодії як у міжвидовому, так і в популяційному просторі.

Коротко зупинимось на кожній з них.

Теорія Ж.-Л. Кюв'є.

Перша теорія – це теорія природних катастроф Ж.Л.Кюв'є [35], яка стверджує, що періоди стабільності форм життя завершуються із настанням глобальної катастрофи, яка знищує переважні види і «розчищає» середовище для тих видів, що якимось чином змогли вижити у цьому катаклізмі. І хоча цю теорію було створено більш ніж два століття

² Варто зазначити, що у цей же період часу склалися й теорії змінювання як розвитку в інших галузях знань: економіці, соціології, антропології, лінгвістиці, етнографії тощо.

тому, а її автор дуже рідко згадується, але її місце у буденній свідомості є дуже значним. Достатньо згадати нескінченну кількість «наукових» прогнозів глобальної екологічної чи техногенної катастрофи – від глобального потепління до ядерної зими, – які змінять увесь вигляд існування на землі, що так полюбляють ЗМІ, чи буденну метафору чорнобілої смугастості життя. Зауважимо також, що ідея катастрофізму, хоча й у більш м'якому формулюванні, займає одне з провідних місць й у психологічних теоріях і практиках, де стверджується, що розвиток відбувається тільки внаслідок життєвих криз (вікових, особистісних, екзистенційних тощо). На цьому фоні дуже популярним став вислів Ф.Ніцше: «Все що нас не вбиває робить нас сильнішими», – хоча його справедливість чи істинність є дуже й дуже сумнівними. Якщо до цього поставитися більш вдумливо, то, мабуть, треба визнати, що те, що нас не вбило, те нас покалічило. Сильнішим нас робить тільки наша спроможність подолати наслідки каліцтва, але саме каліцтво залишається з нами на все наше життя³.

У психологічному плані особистісна орієнтація на таку модель «правильності» життєустрою приводить до формування двох типових установок. Перша заснована на відвертому страху перед невідворотним катастрофічним майбутнім до якого треба готуватися вже зараз і бути готовим завжди (будувати бункер чи, хоча б, створити запас грошей, солі, сірників, мила тощо). Цей страх перед катастрофічним майбутнім формує життєву стратегію готовності до виживання, що стає перешкодою для усіх інших форм самореалізації особистості та блокує можливість повноцінного переживання будь-яких радісних чи щасливих моментів буття: «Не радуйся, бо завтра буде горе». Друга типова установка – це загальна орієнтації на отримання усіх можливих радощів від життя сьогодні при відмові від власного майбутнього. Вона виражається у простій формулі:

³Проте, якщо визнати оцю правду життя, то багато психотерапевтів, гуру та інших «вчителів життя» залишаться без заробітків.

«Отримай все від життя сьогодні, бо завтра тебе вже може й не буде». Ця установка підкріплюється псевдо-філософською настановою «жити тут і тепер», але у рамках цієї життєвої стратегії вона приводить тільки до обернення індивіда на власні вітальні потреби, без переходу до вищих соціальних та культурних потреб. Така установка набуває особливо масового розповсюдження у часи реальних значних катаклізмів, що виникають у житті суспільства – війни, голод, епідемії тощо. Численні соціологічні і психологічні дослідження наслідків Чорнобильської катастрофи показали, що найбільш негативну роль відіграло уявлення про близьку і неминучу смерть від радіаційного ураження, яке заблокувало орієнтацію особистості на власне майбутнє. Так, за нашими даними, отриманими у період 1992 – 1996 р.р., серед постраждалих підлітків панувала впевненість, що ніхто з них не доживе навіть до 25 років і, тому, планувати власне майбутнє взагалі безглуздо [62]. Аналіз показав наявність прямої значущої кореляції між ступенем розповсюдженості такого погляду на життя та сплеском підліткового алкоголізму, наркоманії, злочинністю, ранніми статевими зв'язками із небажаною вагітністю тощо.

Таким чином, катастрофна метафора життя породжує такі моделі життєдіяльності, які у соціальному вимірі набувають майже протилежних форм поведінкового прояву, але у психологічному вимірі в їх основі лежить єдиний механізм переживання страху перед майбутнім.

Теорія Ч. Дарвіна

Друга теорія – це теорія Ч.Дарвіна [27], яка стверджує, що еволюційний розвиток природи відбувається завдяки виникненню генетичних мутацій, які виявляються у морфологічних змін в будові індивідуального організму, та закріплюються і накопичуються на популяційному рівні, якщо ці зміни дають перевагу у конкурентній боротьбі за виживання. Ч.Дарвін стверджував, що на популяційному рівні

виживання дорівнює спроможності залишити потомство, що залежить від двох чинників: ступеню пристосованості індивіда до всього комплексу середовищних умов існування і наявності будь-яких переваг однієї особи порівняно з такими ж властивостями осіб того ж виду у тій же популяції.

Теорія Ч.Дарвіна одразу ж набула не аби якої популярності завдяки двом чинникам. З одного боку, вона максимально відповідала ідеалу прийнятої наукової раціональності, а, з другого боку, в ній побачили можливість побудови «природного» пояснення соціальних відносин і психологічних властивостей людини [27]. Виниклий тоді соціал-дарвінізм зберігає свою популярність і досі. Саме у руслі соціал-дарвінізму на поверхні буденної свідомості більшості людей в якості еволюційної метафори лежить спотворена теорія Ч.Дарвіна, що «в еволюційному розвитку перемагає сильніший». Дарвінівська модель еволюції закріпилася й у психологічних теоріях: у явному вигляді вона стає основою психоаналізу З. Фрейда, а у прихованому – у всіх поведінкових теоріях психології.

Прийняття ідеї природного відбору у соціологічних та психологічних поглядах породжує тільки одне питання: «У чому полягає сила?». В значній кількості наукових робіт та у масовій свідомості відповідь виявилася дуже простою: у соціальному просторі буття сила полягає у грошах і владі. Усі спроби ввести інші критерії – етичні, інтелектуальні тощо – розбивалися об простий аргумент буденної свідомості: «Якщо ти такий розумний, то чому ти такий бідний?».

Розгортка конкурентної метафори у соціальну площину буття особистості визначає дві базові підстави побудови життєдіяльності індивіда.

По-перше, це нескінченне прагнення до накопичення концентрації життєвих ресурсів. Ресурс втрачає своє значення як засобу досягнення певної життєвої мети, а набуває самотійного смислового навантаження як

символ і кінцева мета життєдіяльності. Такий «зсув цілі на засіб» призводить до вихолощення самої життєдіяльності і втрати смислу життя, що, наприклад, знайшло своє відображення у знаковій роботі Е.Фромма «Мати чи бути?» [57].

По-друге, оволодіння певним ресурсом стає окремою і провідною задачею життєдіяльності, а її реалізація передбачає боротьбу з іншими суб'єктами, які також намагаються оволодіти тим же ресурсом. Всі інші суб'єкти автоматично отримують статус «конкурентів», а єдиний спосіб взаємодії з ними – це «конкурентна боротьба⁴». Індивід, таким чином, втрачає статус суб'єкта життєдіяльності і набуває статусу суб'єкта конкурентної боротьби, а провідним показником його життєвої ефективності стає «успіх». Сама людина тепер вимірюється за одним єдиним параметром: «успішний – невдаха», де критеріями виступають кількість накопичених ресурсів та кількість знищених конкурентів⁵. Тобто, якщо у тваринному світі конкурентна боротьба стає умовою розвитку біологічних видів, то у людському суспільстві конкурентна боротьба потребує зовнішнього контролю та регулювання, бо інакше вона стає ідеологією взаємознищення.

Втрата внутрішніх обмежень поведінкових реакцій та необхідність у зовнішньому контролі й регулюванні породжує особливу проблему розбіжності моралі і етики, що на філософському рівні зафіксував ще І.Кант через поняття «категоричного імперативу». На психологічному рівні ця проблемність відображена у різних формах в різних теоріях, наприклад, у З.Фрейда [55] у вигляді боротьби Его та Супер-Его, в соціальній психології в теорії М.Шеріфа [10] у вигляді протилежності

⁴ В літературі часто плутають конкуренцію і змагання, хоча реально це зовсім різні форми взаємодії. Конкуренція відбувається як боротьба за реальний предмет як життєво значущий ресурс де найкращим засобом боротьби є фізичне знищення конкурента. Змагання відбувається як демонстраційна дія показу наявності певної переваги, а результат фіксується виключно у символічній формі – «лавровий вінок» переможця.

⁵ В одному з романів Олді головний герой так і формулює свою життєву позицію: «Всех убью, один останусь».

конформізму і нонконформізму тощо. У цьому контексті особливої популярності набули різноманітні конфліктологічні концепції в психологічних теоріях і в психотерапевтичних практиках, де стверджується не тільки наявність «позитивної ролі конфліктів», алей те що «розвиток відбувається тільки через конфлікт». При цьому конфлікт стає не тільки простором зовнішньої взаємодії, але й внутрішньо особистісним станом, який тепер видається за нормальний стан особистості.

Прийняття еволюційної моделі Ч.Дарвіна як базової метафори способу життя робить нас носіями і джерелом нескінченних конфліктів у боротьбі за накопичення непотрібних ресурсів без усвідомлення їх цільового призначення, і розплачуємося за це втратою сенсу життя.

Теорія Ж.-Б. Ламарка

Третя теорія – це теорія Ж.-Б. Ламарка [36], яка стверджує, що еволюційний розвиток природи відбувається завдяки виникненню (знаходженню) нових способів взаємодії тварини з елементами оточуючого середовища, які призводять до змінювання у морфологічній будові тих органів, які забезпечують цей спосіб дії. За Ж.-Б.Ламарком змінювання способу дії детермінується внутрішньою потребою у найкращому задоволенні органічних потреб, яку він назвав «прагненням до досконалості»⁶. Якщо новий (удосконалений) спосіб задоволення потреби виявляється більш ефективним, то він закріплюється як поведінкова звичка, а та нова напруга, яку він накладає на морфологічний орган, призводить до його трансформації і «підстроювання», підлаштовування під цей спосіб дій.

⁶ У своїй провідній роботі «Філософія зоології» Ж.-Б.Ламарк неодноразово звертається до ідеї Бога, для пояснення цього прагнення, що, власне, і стало провідною причиною негативного сприйняття його теорії науковою спільнотою.

Треба відмітити, що теорія Ж.-Б.Ламарка, незважаючи на періоди гострої критики, була і залишається однією з найбільш впливових у самих різних галузях біологічної науки. Тут достатньо вказати, наприклад, на відому теорію мікро- і макроеволюції О.М.Северцова [47], у якій доводиться, що функціональні зміни у структурі поведінки (способах дії) викликають відповідні морфологічні зміни (ароморфоз), а необхідність змінювання цілісного способу організації життєдіяльності викликає зміни у ієрархії загальної будови організмів даного виду (ідіоадаптація в разі ускладнення та деградація в разі спрощення). На сьогодні ламаркізм (неоламаркізм) набуває все більше відвертих прихильників серед біологів і знаходить серйозні підтвердження на біохімічному та молекулярному рівнях експериментальних досліджень. Окрім того, значна частина теорій у галузі екології та етології ґрунтуються саме на теорії Ж.-Б.Ламарка і, мабуть, можна взяти на себе сміливість та стверджувати, що саме ламаркізм став підґрунтям усіх сучасних системних поглядів на живу природу і теорій органічних систем.

Стосовно наукової психології треба відмітити, що прямі посилання на Ламарка зустрічаються доволі рідко, але використання базової моделі розвитку, навпаки, зустрічається дуже часто. Вкажемо тільки на декілька, найбільш відомих підходів.

В першу чергу треба вказати на культурно-історичну концепцію Л.С.Виготського [23], де механізми розвитку описуються через процеси оволодіння індивідом культурних засобів побудови нових дій, що призводить до формування нових органів психіки у вигляді вищих психічних функцій. Провідною умовою розвитку постає наявність «зони найближчого розвитку», яка описується як така, де людина ще не може, але вже намагається виконати нову дію. Тобто саме намагання⁷ як

⁷ Відмітимо, що у російській мові найближчий термін до «намагання» це «попытки», але цей термін відображує не внутрішній стан особи, яка прикладає зусилля для того щоб щось зробити, а фіксує лише зовнішню результативність, тобто наявність спроб.

внутрішній стан докладання зусиль для того, щоб щось зробити, як спрямованість дії постає внутрішньою рушійною силою розвитку. У принципі можна стверджувати, що всі теорії, які базуються на постулаті, що навчання веде за собою розвиток (розвиток відбувається через навчання) фактично відповідні еволюційній метафорі ламаркізму. До цього ж типу теорій відносяться й ті, які стверджують провідну функцію ідеалів у процесі становлення і розвитку особистості: це й теорії морального ідеалу і естетичного ідеалу і особистісні теорії перфекціонізму тощо.

У буденній свідомості ця теорія еволюції відображена значно слабше, ніж дві розглянуті попередньо. Справа у тому, що самі поняття досконалості і бездоганності виявляють тільки наше оцінне ставлення до результатів діяльності, тобто є визначенням якості певного предмету чи виконаної дії, але вони не мають мовної форми, щоб характеризувала особистість, яка прагне цієї досконалості та бездоганності, а англomовні «перфекціонізм» та «перфекціоніст» так і не прижилися. У нашій ментальності перфекціонізм пов'язується скоріше із надмірною педантичністю та схильністю особистості «копірситися у дрібницях», ніж з досконалістю.

Проте, це не означає, що ця теорія не відображена у ментальному просторі буденного життя. Наші дослідження показали, що прагнення досконалості традиційно у буденній свідомості відображено у поняттях «майстер» і «майстерність». Стати майстром означає не просто набуття певної кваліфікації, а отримання визнання спроможності індивіда робити щось таке і так, як цього не може зробити інша людина. Майстерність поєднує у собі і досконалість виробу, і його певну унікальність, і наявність якогось таїнства, якоїсь магії створення, якій неможливо навчити іншу людину, яку кожна людина тільки може віднайти у самій собі. Дуже важливим є те що сама ідея майстерності існує не у формальному просторі нормативних діяльностей (там існує тільки формальна посада майстра), а у

просторі життєдіяльності спільнот, де продукти діяльності однієї людини стають значущими для всіх інших людей. Тому ми можемо додати, що стати майстром – це не тільки отримати визнання з боку значущої спільноти, але й значна мета, яка надає сенс усьому життєвому шляху особистості. У буденній свідомості та життєдіяльності майстерність часто пов'язують з особливим Божим даром, який особистість ще має віднайти в собі та виростити, довести до досконалості.

Таким чином, еволюційна метафора «прагнення до досконалості» у психологічному просторі життєдіяльності особистості виражена у трьох провідних формах. По-перше, при переважній орієнтації на культурні зразки ця метафора задає розвиток особистості через специфічну форму освіти, яка на сьогодні описується як «розвивальне навчання». Його сенс полягає у тому, що нові здатності як психологічні новоутворення формуються і виникають у такому навчанні, де індивід сам становиться суб'єктом власного розвитку, суб'єктом саморозвитку. По-друге, при переважній орієнтації на нормативну сферу соціального буття ця метафора задає взірці «бездоганності» як вищої, ідеальної форми організації життєдіяльності. Її сенс полягає у тому, що затверджується прямий зв'язок між якістю виконання дії та якістю самої особистості – бездоганність дії постає як бездоганність особи. Перфекціонізм стає визначенням життєвого принципу буття особистості. По-третє, при переважній орієнтації на досягнення індивідуальної унікальності у певному виді діяльності ця метафора задає ідеал майстерності як безкінечного шляху удосконалення. Його сенс полягає у тому, щоб віднайти власне життєве покликання і поєднати талант із живою магією творіння – стати Майстром.

Теорія П.О. Кропоткіна

Четверта теорія – це теорія П.О.Кропоткіна [33], яка стверджує, що еволюційний розвиток природи відбувається завдяки виникненню і ускладненню форм спільності в структурі життєдіяльності живих організмів. Сам П.О.Кропоткін⁸ визначив свій погляд на еволюцію через поняття «взаємодопомога».

На жаль ця теорія не отримала широкого розповсюдження, але внаслідок ідеологічних та політичних умов, а не у зв'язку з її науковою цінністю. Формат статті не дозволяє зробити ретельний аналіз, тому обмежимо тільки наведенням кількох цитат та власним коментарем.

У першу чергу слід відмітити, що П.О.Кропоткін не відкидав теорію Ч.Дарвіна, але вважав, що принцип боротьби за існування є другорядним серед механізмів еволюції: «Якщо ж взяти до уваги незліченні факти, які усі говорять на підтримку цього погляду, то з упевненістю можна сказати, що взаємна допомога являє такий самий закон тваринного життя, як і взаємна боротьба. Більш того, як фактор еволюції, т. б. як умова розвитку взагалі – вона, ймовірно, має набагато більше значення, ніж взаємна боротьба, тому що сприяє розвитку таких звичок і властивостей, які забезпечують підтримку і подальший розвиток виду, при найбільшому добробуті і насолоді життям для кожної окремої особини, і в той же час, при найменшій марній розтраті нею енергії, сил» [33, с. 11].

По-друге, дуже важливим є те, що П.О.Кропоткін вводить поведінкові і психологічні характеристики виду як значущі ознаки їх еволюційного розвитку. При цьому особливий акцент ставиться на взаємозв'язку схильності до спілкування (товариськості) та рівня розвитку розумових здібностей: «Тому хоча й визнаючи в цілому, що сила, швидкість, запобіжне забарвлення, хитрість і витривалість до холоду і голоду, що згадуються Дарвіном і Воллесом, дійсно представляють якості, які роблять особина або

⁸ Автор у передмові вказує, що кожний розділ цієї книги спочатку публікувався в журналі «» у період з 1890. по 1896 р.р., і тільки у 1902 р. вийшла уся робота цілком.

вид найбільш пристосованими при деяких відомих обставин, – ми разом з тим стверджуємо, що товарицькість є найбільшою перевагою в боротьбі за існування при всіляких, яких би то ні було, природних обставинах. Ті види, які волею чи неволею відмовляються від неї, приречені на вимирання; тоді як тварини, які вміють найкращим чином об'єднуватися, мають найбільші шанси на виживання і на подальшу еволюцію, хоча б вони і виявилися нижчими інших в кожній з особливостей, перерахованих Дарвіном і Воллесом, за винятком тільки розумових здібностей. Вищі хребетні, і особливо людський рід, служать найкращим доказом цього твердження. Що ж стосується до розумових здібностей, то кожен дарвініст погодиться з Дарвіном в тому, що вони являють найбільш могутній чинник подальшої еволюції; він погодиться також і з тим, що розумові здібності, ще більше від інших, обумовлюються в своєму розвитку суспільним життям. Мова, наслідування іншим і накопичений досвід – необхідні елементи для розвитку розумових здібностей, і саме їх бувають позбавлені тварини не суспільні. Тому-то ми і знаходимо, що на вершині різних класів стоять такі тварини, як мурахи і терміти, папути, мавпи, у яких високо розвинені як розумові здібності, так і товарицькість. «Найбільш пристосованими», найкраще пристосованими для боротьби з усіма ворожими елементами, виявляються, таким чином, найбільш товарицькі тварини, - так що товарицькість можна прийняти головним фактором еволюції, як безпосередньо, тому що вона забезпечує добробут виду, разом зі зменшенням марною розтрати енергії, так і побічно, тому що вона сприяє зростанню розумових здібностей» (там же, с. 37).

По-третє, П.О.Кропоткін вважає, що взаємна допомога є природною формою етики, яка базується на відчутті справедливості. Така точка зору суттєво відрізняється від доволі розповсюджених уявлень про альтруїзм, як вихідну форму моральності. З нашої точки зору, принциповим є те, що справедливість завжди є показником способу взаємодії між різними

суб'єктами, тобто є суспільним почуттям, а альтруїзм є індивідуально-психологічною властивістю, яка проявляється у ставленні одного індивіда до іншого, тобто є тільки переживанням та мотивом поведінки. «Крім того, очевидно, що життя спільнотами було б зовсім неможлива без відповідного розвитку громадських почуттів, і особливо якби відоме колективне почуття справедливості (початок моральності) не розвивалося і не оберталось на звичку. Якби кожен індивідуум постійно зловживав своїми особистими перевагами, а інші не заступалися б за скривдженого, ніяке суспільне життя не було б можливим. Тому у всіх товариських тварин, в більшій чи меншій мірі, розвивається почуття справедливості» (там же, с.38).

По-четверте, взаємна допомога як усталений спосіб взаємодії, потребує виникнення і закріплення відповідної форми організації сумісності. Більш того саме ця організаційна форма має відтворюватися у кожному поколінні і, в той же час, бути достатньо гнучкою, щоб відповідати процесу змін у стані навколишнього середовища. Їх ускладнення призводить до еволюційного прогресу, а спрощення – до інволюції, до регресу і в морфологічному, і у функціональному аспектах життєдіяльності певного виду. П.О.Кропоткін переконливо доводить, що еволюційне зникнення певних видів тварин пов'язано з розпадом цих організаційних форм взаємної допомоги, що спроби індивідуального пристосування до змінюваних умов існування завжди приречені на поразку та вимирання всієї популяції чи, навіть, виду.

По-п'яте, відчуття нашої людської єдності з усім природним світом, як ми намагалися показати на початку цієї статті, можливе тільки у тому випадку, коли є спільна еволюційна ознака і для тваринного, і для людського світу. З.Фрейд намагався знайти цю ознаку у потягу до продовження роду, у сексуальності, але це занурює нас у метафору індивідуальної боротьби кожного з усіма іншими, з неминучими наслідками індивідуалізму і ворожнечі, які звідси випливають.

П.О.Кропоткін пропонує таку загальну ознаку, як взаємодопомога, котра надає гуманістичного сенсу і існуванню природи, і існуванню людини. Еволюційний «стрибок» людини він пов'язує з винаходом принципово нових форм організації сумісності, а подальшу історію людства з їх ускладненням і посиленням ролі взаємної допомоги та захисту і турботи о слабких членах спільноти. П.О.Кропоткін наполегливо стверджує, що історію людства неможна зводити до історії війн та знищення одного одним, що дійсна історія людства – це історія форм сумісності, а звідси – історія розвитку етики і розуму.

Слід підкреслити, що незважаючи на відсутність підтримки і популяризації еволюційних поглядів П.О.Кропоткіна, вони завжди мали своїх прихильників, а на сьогодні їх актуальність стала просто очевидною. Політики і економісти можуть скільки завгодно тлумачити про користь конкуренції, але на рівні буденної свідомості ми добре розуміємо, що боротьба призводить тільки до удосконалення засобів життєдіяльності, але не надає розвитку і зростання а ні індивіду, а ні спільноті, а ні людству. Більш того, орієнтація на загальну боротьбу призвела до такого накопичення засобів знищення і природи, і людей, що ми всі постали на межі існування.

Доповідь Римського клубу 2017р. під назвою «Comeon!» [14] вказує на два ключові елементи подальшого прогресу і виживання людства. Це, з одного боку, необхідність зміни глобальної установки конкурентності на установку взаємної підтримки і допомоги, та, з другого боку, – необхідність зміни базових орієнтирів екологічної свідомості людства.

Ми вважаємо, що саме ідея еволюції через взаємодопомогу відкриває перспективи формування такого нового погляду на нашу взаємодію з оточуючим світом і світом живої природи. Епоха прямого використання природи як ресурсу для виробництва, її знищення і забруднення має закінчитися. І ніякі призови до «раціонального природокористування» не

вирішати наявну проблему, бо залишається незмінним сам принцип користування. Також недостатньою є й ідея «захисту» природи, бо, наприкінці кінців, ми маємо захищати її від нас самих же. Зовсім нездійсненним здається заклик до змінення людино-центрованого ставлення до світу на «природо-центроване», бо таке ставлення є просто неприродним для людини.

Проте, ми можемо відмовитися від егоцентричного ставлення до світу, ми можемо почати, хоча б, з повагою поставитися до нього, тобто визнати Природу повноцінним суб'єктом життя, у всіх її різноманітти, і визнати її право на прагнення до життя. Більше того, ми можемо визнати себе самих як частку життя природи та природу як частку нашого життя. При цьому, таку частку, яка свого часу (і кожного разу знову і знову) надала нам життя, та такою, яка сьогодні потребує від нас допомоги та цілеспрямованих зусиль для подовження і розвитку її життя. Принцип взаємодопомоги забезпечує еволюцію живої природи, він же зробив нас наймогутнішою силою в природі і він же має забезпечити наше подальше поєднання з природою у таку форму сумісності, яку В.І.Вернадський [20] визначив дивним поняттям «Ноосфера».

До сказаного треба додати ще два моменти. По-перше, у біології існують і інші теоретичні моделі еволюції, серед яких ми би вказали на симбіонту концепцію. Ідея симбіогенезу була сформульована ще наприкінці XIX-го ст., але наукового визнання отримала тільки через сто років, завдяки працям Лінн Маргуліс [9]. Її суть полягає у твердженні, що еволюційно усі складні системи органів і організмів виникають внаслідок симбіозу простих організмів, де ефект розвитку досягається за рахунок поєднання різних функцій у цілісну систему. У цьому плані дуже важливим є положення про те, що у стані симбіозу загальна ефективність нової системи є більшою, ніж сума ефективності кожної окремої частини, тобто така система є неадитивною і вона набуває власне системних ознак. Ця теорія показує і

механізми розпаду живих систем, які пов'язуються з тим, що якась із симбіотичних підсистем перестає виконувати свою часткову функцію. Вона дуже добре пояснює механізми виникнення таких хвороб, як ракові пухлини, СНІД, та інші, пов'язані з розладами функціонування організму на клітинному рівні. У філософсько-парадигмальному плані ця теорія, на нашу думку, достатньо близька до теорії П.О.Кропоткіна, хоча й розглядає механізми взаємодії на більш глибокому рівні біологічного існування. Проте вона не отримала широкого висвітлення ні через систему освіти, ні через мас-медіа і, тому, не знайшла свого вираження у формі метафори буденної свідомості. Хоча слід відмітити, що в історії філософії до неї дуже близькою є метафора андрогіна, яка була введена ще Платоном, і яка стає все більш популярною у наші часи.

По-друге, це безліч різноманітних «біля-наукових» та зовсім ненаукових «теорій» позаземного походження життя та людини⁹. Це один з улюблених сюжетів для фантазування, проте за нашими даними серед студентської молоді ідея позаземного походження людини є достатньо популярною і розповсюдженою, і їх число становить близько 10-12%¹⁰. Враховуючи відсутність наукового обґрунтування цих поглядів, їх можна було б вважати «юнацьким романтизмом», але тут є один аспект, який, на нашу думку, заслуговує серйозної уваги. Справа у тому, що за останні роки акцент у обговоренні цієї теми помітно змістився з якогось невизначеного минулого на майбутнє самого людства. Стає все більш зрозумілим, що найближча до нас космічна нація – це ми самі. Це ми самі стоїмо на порозі реального оволодіння і заселення космічного простору, і це нам потрібне відповісти на два корінних питання: «Що ми туди принесемо разом із собою?» і «Чи стане це поштовхом до нашої власної еволюції?».

⁹ Певний виняток становлять теорії панспермії.

¹⁰ Ми не перевіряли ці дані на надійність і статистичну достовірність. Це, скоріше, наше враження, ніж науковий факт.

1.2. ПРОБЛЕМИ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ ЕКОЛОГО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

В сучасних умовах людська життєдіяльність стає все більш загрозливим чинником руйнації довкілля. Вона потребує величезної кількості природних ресурсів та повертає у природу все більше відходів, які довкілля не в змозі утилізувати. Об'єктивно можливість становлення людської життєдіяльності як неекологічної закладена у способах «включення» природних ресурсів у її підтримання. Такі способи з розвитком суспільства стають все більш соціально, культурно, технологічно складними та різноманітними і в результаті забезпечують безмежні можливості ескалації людських потреб. Наша їжа, одяг, житло далеко не завжди розглядаються нами як засоби захисту від голоду, холоду, агресії. Вони можуть ставати засобами збагачення чи зберігання накопиченого багатства, засобами «самоекспозиції», підтримання уявлень про себе як респектабельну, впливову людину тощо. Однак чи реалізується можливість становлення життєдіяльності конкретної людини як неекологічної залежить від цілої низки суб'єктивних чинників, починаючи від «тиску» на масову свідомість маніпулятивних технологій суспільства споживання і закінчуючи здатністю самої людини свідомо визначатися щодо них.

Важливим психологічним чинником екологізації повсякденної життєвої активності виступає здатність людини до самовизначення по відношенню до зовнішніх впливів та своїх внутрішніх спонук до життєдіяльності. Ядром самосвідомості особистості в аспекті самовизначення є її ідентичність, яка впливає на всі складові Я-концепції. За В.А.Петровським [46, с. 54], який розробляє суб'єктний напрямок в психології особистості, бути особистістю - означає бути не тільки

суб'єктом предметної діяльності, а також бути суб'єктом самосвідомості. Предмет психологічних досліджень особистості як суб'єкта самосвідомості - це відкриття та переживання людиною власного "Я", власної ідентичності.

Предметом нашого дослідження є визначення шляхів, способів та механізмів впливу переживання людиною своєї ідентичності на сприймання, осмислення, внутрішнє та зовнішнє перетворення умов та обставин свого життя. Таке дослідження є необхідним для розгляду ідентичності особистості як чинника екологічності її життєдіяльності.

Ідентичність – це процес (ідентифікація) та результат (суто ідентичність) самовизначення особистістю себе в термінах психологічних, фізичних рис, соціальних категорій, внаслідок чого вона відчуває свою цілісність, тотожність, неподільність історії свого життя. Переважаючою ідеєю в сучасній психології є ідея про наявність двох основних аспектів ідентичності - орієнтованого на соціальне оточення (соціальна ідентичність) і на унікальність проявів особистості (особистісна ідентичність) (Дж. Мід, І. Гоффман, Ю. Хабермас, Х. Теджфел, Дж. Тернер, Г.°Брейкуелл та ін.).

Соціальна ідентичність – це самовизначення особистості в термінах соціальних категорій (професійних, статевих, сімейно-рольових тощо), внаслідок чого особистість відчуває себе належною до певної соціальної групи. Соціальна ідентичність складається з окремих ідентифікацій та визначається належністю людини до різних соціальних категорій: раси, національності, статі і т. д.

Особистісна ідентичність - це самовизначення особистості в термінах фізичних, психологічних рис, усвідомлення власних цінностей, цілей внаслідок чого особистість відчуває себе індивідуальною та неповторною. Функцією особистісної ідентичності є прийняття самостійних рішень, що відповідають власним цінностям, цілям,

припинення слідування ритуалізованому набору дій та рефлексія щодо цілей та тактики власної поведінки. Особистісна ідентичність - сукупність характеристик, які роблять людину подібною собі (в часі та просторі) та відмінною від інших [44].

На думку Дж.Тернера та Х.Теджфела - авторів концепції динаміки ідентичності, особистісна і соціальна ідентичності є два полюси одного біполярного континууму. На одному полюсі - поведінка, яка повністю визначається особистісною, на іншому - соціальною ідентичністю. Зазвичай, поведінка знаходиться між цими полюсами, тяжіючи до одного з них. Соціальна ідентичність – є первинною по відношенню до особистісної, тобто з'являється першою в процесі розвитку індивіда та справляє вплив на формування останньої. Особистісна ідентичність, будучи сформованою, в свою чергу починає впливати на соціальну, спрямовуючи її подальший розвиток та переживаючи власну трансформацію [12; 13].

Узагальнення різних підходів до розробки проблеми змісту, динаміки та функцій вказаних видів ідентичності дозволяє виділити наступні функції ідентичності у життєдіяльності людини.

- Функції особистісної ідентичності:
 - звільнення від тиску соціальних вимог та очікувань, внаслідок чого особистість здатна реагувати на соціальну ситуацію неповторним, індивідуальним чином;
 - стимулювання прийняття нестандартних, креативних рішень, відхід від ритуалізованих, стереотипних способів поведінки, внаслідок чого особистість сприймає себе не як взаємозамінний екземпляр тієї чи іншої соціальної групи, а як індивідуальну, неповторну особистість;

- відповідальність за власні рішення та поведінку, що закріплюється за однією особистістю, а не розподіляється між членами групи.
- Функції соціальної ідентичності:
 - регуляція поведінки в цілях пристосування до різних соціальних ситуацій;
 - задоволення соціогенних потреб у визнанні, підтримці, належності до певної групи тощо;
 - відчуття захищеності та стабільності, завдяки ідентифікації з певною групою.

В контексті теми нашого дослідження, виходячи з наведених визначень, можна вважати, що розвинена особистісна ідентичність, уявлення особистості про себе як неповторну індивідуальність, зумовлюють логіку її життєвої активності, прагнення у ній протистояти тиску стандартів та вимог суспільства споживання. Однак без розкриття психологічних способів та механізмів цього протистояння неможливо зрозуміти як складається та діє така ідентичність у реаліях сучасного суспільства споживання, неможливо виділити умови, шляхи та засоби її спрямованого формування в процесі становлення особистості.

Переживання людиною своєї ідентичності впливає на організацію нею своєї життєдіяльності через загальнолюдське прагнення до вираження свого «Я». За К.О.Абульхановою, самовираження – це той спосіб, яким людина реалізує себе як особистість у діяльності, спілкуванні, рішенні життєвих завдань [15, с. 99].

Мотивація самовираження слугує своєрідним індикатором переживання особистістю своєї ідентичності. Такий зв'язок яскраво демонструють дослідження різних стратегій самовираження. Наприклад, в анкеті, що її заповнювали підлітки для вивчення таких стратегій, були переважно отримані відповіді двох типів. Перший - «я хочу показати

себе», «я доведу, на що я здатен» тощо; другий - «хочу перевірити себе на найважчому», «хочу довести собі» тощо [15, с.104]. На думку К.О.Абульханової різні відповіді демонструють різницю у рушійних силах самовираження, яка, як нам здається безпосередньо пов'язана із досягнутим особистістю рівнем ідентичності. Той хто «прагне себе показати» чи комусь щось «довести», орієнтовані на порівняння з іншими і відповідно виділяють якісь окремі, зовнішньо оцінювані (такі що можуть бути оцінені ззовні) якості для такого порівняння. Той хто хоче «перевірити себе на найважчому», хоче «довести самому собі» не орієнтується на порівняння з іншими, він має певний внутрішній критерій такої оцінки, яким по суті є уявлення про власну індивідуальність. Таким чином вже підліток здатен виражати себе як індивідуальність, чи як представник групи.

Ми вважаємо, що різні стратегії самовираження, які відповідають переживанню досягнутої ідентичності, проявляються у життєдіяльності і можуть бути зафіксовані у реальній життєвій практиці людини, у реальних внесках у свою життєдіяльність. Саме ця різниця у стратегіях самовираження, якщо вона існує і може бути дослідженою, зумовлює багато в чому екологічність/ неекологічність життєдіяльності.

Це припущення спирається на виділення двох аспектів, в яких розкриваються взаємозв'язки між проявами ідентичності людини і організацією нею своєї життєдіяльності. Сутність першого аспекту полягає в тому, що для підтримки і захисту своєї ідентичності суб'єкт трансформує середовище життєдіяльності та його окремі компоненти, немов би втілюючись в них, певним чином персоналізуючи їх. Сутність другого аспекту полягає в тому, що життєве оточення, яке виражає «Я» особистості, так чи інакше психологічно присвоюється нею, сприймається та переживається як «моє» і на цій підставі зберігається та захищається.

Однак, залишається не вивченим питання відмінностей у змісті персоналізації та «психологічного привласнення» життєвого оточення в умовах, коли в самосвідомості особистості домінують переживання чи-то особистісної, чи-то соціальної ідентичності. Якщо існують такі відмінності, то чи зумовлюють вони екологічність/ неекологічність життєдіяльності людини?

Розглядаючи перший аспект, зазначимо, що поняття персоналізації життєвого середовища, було розроблене американським психологом І.Альтманом. Персоналізацію Альтман тлумачить як кількість змін, які людина здійснила у своєму оточенні з метою залишити у ньому індивідуальну печатку. «Персоналізуючи середовище... людина ставить свій індивідуальний відбиток на нього, інформує інших, де її місце починається і закінчується, а також являє світу свої цінності та переконання» [1, с. 9]. Персоналізація життєвого середовища включає різноманітні прояви актів символічного представлення іншим своїх інтересів, цінностей, своїх особистісних якостей (наприклад, акуратності, бережливості тощо) через оформлення, впорядкування певних об'єктів та просторів життєдіяльності. Акти персоналізації являють собою, за Альтманом, використання матеріальних маркерів-інформаторів, що містять таку інформацію, яку особистість бажає надати про себе іншим.

І. Альтман виділяє шість способів персоналізації середовища з точки зору її цілей та засобів:

1. Демонстрація своїх цінностей (політичних, філософських, духовних) шляхом вивішування лозунгів, плакатів, ікон та інших знакових маркерів;

2. Демонстрація своєї естетичної спрямованості шляхом експозиції малюнків, живопису тощо;

3. Повідомлення про певну подію чи значущий відрізок часу (експозиція мап, календарів, вирізок з газет;

4. Демонстрація речей, які повідомляють про нахили людини та якість її дозвілля (спортивні приналежності, та знаки досягнень, комп'ютер тощо)

5. Демонстрація свого зв'язку (прихильності, поваги, наявності спільної групи) із конкретними особами (фотографії близьких людей та знаменитостей);

6. Демонстрація своїх групових інтересів (шляхом вивішування плакатів, реклам кумирів, спортивних команд, артистів) [14].

Як бачимо, деякі з цих способів персоналізації життєвого середовища є способами повідомлення про прагнення переживати свою особистісну ідентичність, а деякі інформують про прагнення переживання соціальної ідентичності. В першому випадку персоналізація виглядає як індивідуалізація свого оточення, в другому – як типізація в межах стандартів групи ідентифікації.

А.В.Петровський [46] та В.°А.°Петровський [45] взагалі обґрунтовують ідею про наявність у особистості особливої потреби - потреби у персоналізації. Вона полягає у прагненні включити своє "Я" у свідомість інших людей шляхом участі у їх діяльності, а також глибше усвідомити та пізнати своє «Я», закарбовуючи себе у продуктах власної діяльності. При цьому глибина та масштаб особистості вимірюються не її прагненням, а тими вкладками (вміннями, знаннями, ідеалами), які стали надбанням інших людей, чи залишилися у продукті людської діяльності.

Естонський дослідник М. Хейдметс показує, що потреба у персоналізації може задовольнятися по різному у простих повсякденних речах та діях. Він розглядає, наприклад, оформлення різних житлових приміщень чи-то як засіб самоекспозиції [58], представлення себе іншим людям, чи-то як засіб вираження та укріплення своєї індивідуальності. Самоекспозиція, відбувається шляхом досить «багатого» і водночас «деіндивідуалізованого» дизайну вітальні чи фасаду житла, прагнення до

індивідуального самовираження задовольняється підкресленням інтимності та неповторності спальні, робочого кабінету тощо. В такий спосіб людина демонструє оточуючому світу свої цінності, свою індивідуальність чи належність до певної спільноти.

На основі узагальнення поглядів на сутність та витoki явища персоналізації, можна стверджувати, що прагнення втілення себе у світі є універсальним і може реалізовувати себе не тільки в актах соціальної взаємодії та перетворюючої діяльності, але й в повсякденній життєдіяльності, спрямованій на задоволення потреб життєзабезпечення. У повсякденній життєдіяльності таке прагнення виражає себе у поведінці, спрямованій на організацію певним чином свого повсякденного оточення – просторів, речей тощо. Є певні теоретичні підстави вважати, що така організація буде різною у людей з домінуючою модальністю переживання ідентичності, а саме - особистісної чи соціальної. В першому випадку персоналізація виглядає як індивідуалізація свого оточення, в другому – як типізація в межах стандартів групи ідентифікації.

Іншими словами, людина, яка схильна визначати себе у термінах особистісної ідентичності, буде облаштовувати різні життєві ситуації чином, необхідним для отримання інформації про себе як відмінної від інших, неповторної. Навіть у стандартне життєве оточення вона буде намагатися внести чи виділити в ньому ознаки, які зроблять його більш індивідуалізованим, несхожим на інші. Зміни у такому оточенні є сталими, відображають більше динаміку індивідуальності, а не мінливі стандарти та вимоги груп, що її оточують.

Людина, яка схильна визначати себе у термінах соціальної ідентичності, буде облаштовувати різні життєві ситуації чином, схожим з тим, яким їх облаштовує група, з якою вона себе ідентифікує. Її оточення має певні стандартні, типові ознаки. Наприклад, складно знайти індивідуальні риси в модно обставленій квартирі або зовнішності

тинейджера, що належить до неформального угруповання. Саме розвинена соціальна ідентичність особистості робить її чутливою до впливу реклами, PR-технологій в різних життєвих сферах і ситуаціях. Зміни у життєвому оточенні такої людини є динамічними і відображають зміну стандартів та вимог груп, з якими вона себе ідентифікує. Підтримання такої динаміки потребує використання більшої кількості ресурсів: матеріалів, енергії, тощо і, таким чином, певною мірою зумовлює неекологічність життєдіяльності.

Сутність другого аспекту, який розкриває взаємозв'язки між ідентичністю людини і організацією нею своєї життєдіяльності, полягає в тому, що персоналізоване життєве середовище психологічно присвоюється особистістю, сприймається та переживається як «моє» і на цій підставі зберігається та захищається. Однак в контексті нашого дослідження залишається незрозумілим, чи може впливати різниця у способах персоналізації життєвого середовища, спричинених переживанням чи-то особистісної, чи-то соціальної ідентичності, на ставлення до цього середовища в континуумі значень «моє – чуже». Для відповіді на це питання звернемося до досліджень, у яких розглядається феномен психологічного привласнення та чинники, що зумовлюють його прояви.

У психології проблема власності, на відміну від інших наук, є практично не розробленою. Одним з перших у вітчизняній психології звернувся до її розробки О.Л. Верник, який, розглядаючи тлумачення поняття власність в різних науках зазначає, що зміст поняття "власність" в роботах економістів зводиться до рівня суто економічної категорії, правознавці схильні ототожнювати "власність" з "правом власності", часто-густо використовуючи їх як синоніми. В психологічному дослідженні варто розглядати не явище власності як таке, а ставлення людини до тих чи інших об'єктів свого оточення як до власності [37].

В дослідженнях, які базуються на методологічних засадах функціональної психології і відповідно до них розробляють проблеми самосвідомості особистості, виділяються чинники психологічного привласнення зовнішніх по відношенню до суб'єкта об'єктів. В якості провідного чинника тут розглядається цінність об'єкту. Відповідно до засад функціоналізму, привласнюється те з зовнішнього світу, що має цінність для підкреслення в різний спосіб значущості людини. Так, У.Джемс, до складу так званої «емпіричної особистості» вводив ті об'єкти, які підкріплюють уявлення про свою значущість, багатство, приналежність до певної групи, тобто в очах соціуму відповідають критеріям пристосованості до нього. Саме по відношенню до таких об'єктів виникають специфічні емоційні реакції (ними пишаються, страждають, коли їх втрачають). Вони викликають також відповідну поведінку особистості: оберігаються, захищаються нею, тому що завдяки цим діям особистість підтверджує свій високий статус [28].

Якщо обговорювати цю думку в термінах теорії ідентичності, то можна заключити, що людина привласнює ті об'єкти, які підкріплюють переживання себе як представника групи, тобто соціальну ідентичність. Зауважимо, однак, що змінюється мода, стандарти або обставини життя і людина відчужується від старого світу, відкидає його як непотрібний мотлох, замінює іншим, більш престижним і сучасним. Таким чином психологічне привласнення у даному випадку має невеликі часові межі і поведінка по збереженню та захисту привласненого також не триває довго.

Більш широко тлумачить цінність об'єкту як умову його психологічного привласнення А.А.Налчаджян. Він виділяє як структурний компонент особистості деякі елементи її матеріального оточення. Вони входять в структуру особистості в тому сенсі, «що на них проєктовані установки та якості особистості, якщо вони є посилювачами органів чи пов'язані з різними її ідентифікаціями (наприклад, коли предмет є

подарунком коханої жінки), інтроекціями (коли властивості предмету... в якійсь мірі приписуються і власній особистості). В цілому це такі елементи, без яких життєдіяльність не можлива чи збіднюється» [42]. Всі ці елементи, за Налчаджяном, об'єднуються під назвою «Мое». Тобто привласнюється те, що підкріплює не тільки соціальну, але й особистісну ідентичність людини.

Ми вважаємо, процеси психологічного привласнення у людини із розвиненою особистісною ідентичністю мають свою специфіку. Така людина виявляє та стверджує свою ідентичність шляхом творення та розвитку індивідуально-неповторного світу. Він є сталим, більш-менш вільним та незалежним від соціальних очікувань та впливів. Цей світ, стаючи своєрідним розширенням особистості, зберігається та захищається нею.

Для обґрунтування цього припущення розглянемо ще один чинник психологічного привласнення. За думкою А.Ш.Тхостова таким чинником є відчуття авторства над певним об'єктом, яке виникає в результаті його освоєння. «Привласнення об'єктів відбувається тоді, коли ми можемо ними керувати, передбачувати, те що з ними трапиться, коли ми настільки їх освоюємо, що сприймаємо їх частину себе, припиняємо відчувати їх як об'єктивно існуючі, натомість, відчуваючи їх продовженням власної особистості» [53, с. 7]. Для ілюстрації цієї думки Тхостов використовує відому метафору "щупала", на яке в результаті рухової активності суб'єкта немов би переноситься здатність відчувати, рецепіювати механічні властивості об'єктів. Тхостов наголошує на тому, що предмет, в результаті його повного освоєння, оволодіння його властивостями, "вращується" в суб'єкта, особистість, яка, таким чином, немов би просувається назовні. Це таке реальне чи ідеальне опанування об'єктом, коли він перестає усвідомлюватися як такий, що протистоїть.

Зазначимо, що момент керованості, авторства, необхідний для привласнення об'єктів, відображається у тому, що людина прагне

привласнювати те, що зроблено власноруч. Цей момент Гегель характеризував таким чином: «... людина відчуває відносно всього того, чим вона користується та оточує себе, що все це вона зробила власними силами і що тому вона має справу з тим, що їй належить, а не з відчуженими предметами...» [25, с. 33].

Нам уявляється, що саме оволодіння об'єктами свого життєвого оточення може характеризувати самовираження людини із розвиненою особистісною ідентичністю, бо вона виявляє та стверджує свою ідентичність шляхом творення та розвитку індивідуально-неповторного світу. Цей світ стаючи своєрідним розширенням особистості зберігається та захищається нею.

Виходячи з викладеного, ми висуваємо припущення, що існує тісний зв'язок між сталим переживанням особистісної чи соціальної ідентичності, певною активністю у персоналізації об'єктів життєвого середовища та ступенем їх психологічного привласнення. Суб'єкти із розвиненою особистісною ідентичністю персоналізують своє життєве оточення шляхом створення його індивідуально-неповторного вигляду і на цій основі більш активно психологічно привласнюють його. Саме така активність є запорукою і виявом екологічності їх життєдіяльності. Висунуте припущення потребує перевірки і зумовило необхідність проведення емпіричного дослідження.

1.3. ВОЛЬОВИЙ КОМПОНЕНТ ОСОБИСТОСТІ В РЕГУЛЯЦІЇ ЕКОЛОГО-ОРІЄНТОВАНОЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Поняття волі має довгу, багатовікову історію. Започатковане в філософії в античні часи, воно згодом перейшло і в інші області людського пізнання: юриспруденцію, медицину, психологію. У психології це поняття також виконало свій шлях: від актуального до практично повністю забутого. До XX століття воно було одним з ключових конструктів в класичних теоріях. Однак в 30-х роках минулого століття поняття волі поступово йде на периферію науки, поступаючись місцем таким поняттям, як мотивація, соціальна установка (аттитюд), цінність.

Поняття «воля» є багаторівневим, поліфункціональним поняттям, включеним в широкий світоглядний план свідомості та поведінки особистості. Питання сенсу життя, свободи волі, свободи й необхідності, свободи та відповідальності, мають відношення до розряду вічних цінностей, завжди і безумовно значимі для всього людства. Багатовікова історія розвитку поняття свідчить про глибинний взаємозв'язок проблеми волі з такими питаннями, як онтологічний і гносеологічний статус особистості, межі індивідуальної свободи і відповідальності людини, з позитивним і негативним змістом і значенням волі, свободи, свободи волі. Накопичений в науці матеріал з даної проблематики, певна незавершеність та неузгодженість визначень свідчить про недостатню розробленість як в теоретичному, так і в практичному аспектах. Глобальна функція волі - регуляція поведінки людини. Отже, сутність волі розкривається через поняття «регуляція поведінки». Досліджувана проблема знаходиться на стику фундаментальних областей загальної психології: саморегуляції психічної активності, індивідуального стилю саморегуляції, волі та її регуляторно-особистісних особливостей способу життя.

Аналіз досліджень у вітчизняній і зарубіжній психології, що стосуються психології волі, становлення суб'єктності та регуляції особистості (К. Абульханова–Славська [30], А. Бандура [32], Л. Божович [17], В. Іванніков [18], Б. Зіммерман [4], В. Котирло [30], Т. Шульга [30]) показує, що вивчаються окремі характеристики проявів волі, вольової регуляції, вольових якостей або вольових стратегій особистості в окремі вікові періоди розвитку. Не часто трапляються дослідження, в яких охоплюються тривалі вікові періоди розвитку вольової регуляції особистості. Різноманітне розуміння волі, труднощі її об'єктивного дослідження призвели до того, що багато вчених мають сумніви щодо реального існування волі. В. Іванніков [30] вважає це поняття чисто описовим та більше побутовим ніж науковим. На його думку воля є лише теоретичним припущенням і не більш того.

Історія вивчення волі сягає корінням часів Стародавньої Греції, де її розуміли то як афективну, то як інтелектуалістичну. Платон [32] розумів її як певну здатність душі, що визначає і спонукує активність людини. Аристотель [30] пов'язував волю з розумом, оскільки він вважав, що природа волі виражається в формуванні логічного висновку. Б. Спіноза [30] розцінював волю як усвідомлення зовнішньої детермінації, яка суб'єктом сприймається як внутрішня свобода.

Існує багато теорій волі, в яких дослідники по-різному визначають її значення. Так німецький соціолог Ф. Теніс [32] намагається пояснити механізми поведінки людини в розрізі проблеми волі та створив напрямок, що отримав назву «волонтаризм». З цього вчення випливало наступне: вольові акти, нічим не визначаючись, обумовлюють сам хід психічних процесів.

Ще Епікур (за Є.Льїним [30]) ставив питання про вільний вибір поведінки, а Блаженний Августин (354-430) стверджував, що «діями душі та тіла управляє воля, спонукаючи душу до самопізнання створюючи з чуттєвого відображення речей їхні образи, витягує з душі закладені в ній ідеї».

Німецькі філософи А. Шопенгауер [30] і Е. Гартман [30] порівнювали волю з космічною силою «сліпим і несвідомим першопринципом, від якого беруть свій початок всі психічні прояви людини» (за Є. Ільїним [30]).

Волунтаризм, стверджуючи незалежність людської волі від навколишньої дійсності, в крайніх своїх поглядах протиставляв вольовий початок об'єктивним законам природи і суспільства.

В історії цього питання знаходимо згадку про те, що Бенедикт Спіноза (за В. Селівановим [48]) заперечував безпричинну поведінку: «воля, як і все інше, потребує причини» і далі «Люди помиляються, вважаючи себе вільними. Ця думка ґрунтується на тому, що свої дії вони усвідомлюють, причин же, якими вони визначаються, не знають ».

Свого часу Гегель (за Є. Ільїним [30]) висунув тезу про єдність волі та мислення. Мислення й воля по ньому є двома сторонами духу: теоретичної та практичної. Вони взаємно проникають і доповнюють один одного. Різниця ж між ними в тому, що мислення прагне найбільш адекватно його пізнати, а воля - перетворити.

Проти волунтаризму виступав І. Сеченов: «... так як людина вільна діяти відповідно до своїх думок і бажань, і наперекір їм, - значить, між ними і вчинками повинна стояти особлива вільна сила, яка і називається волею» (за Є. Ільїним [30]).

Л. Виготський [32] писав, що вольова, або довільна поведінка - є поведінка соціальна за своєю суттю і що максимум волі є максимум покори, тому відсутність свободи в прийнятті рішень ще не свідчить про відсутність волі. Вчений [32] також пов'язував волю зі свободою вибору: «Найхарактернішим для оволодіння власною поведінкою є вибір, і недарма стара психологія, вивчаючи вольові процеси, бачила у виборі саму сутність вольового акту». Він виділяв у вольовій дії два окремих процеси: власне, саме рішення та виконавчий – це дія по виконанню прийнятого рішення.

Одні філософи зводили проблему свободи волі до проблеми вільного вибору дії, а інші говорили про те, що в вольових актах людина не може бути вільною, вона підпорядкована необхідності, а свобода полягає в тому, що ми можемо діяти або НЕ діяти відповідно до нашого вибору або бажання.

В. Віндельбанд (за Є. Ільїним [30]) був упевнений в тому, що вільний вибір є внутрішнім процесом, що має в самому собі критерій своєї доцільності. Він розрізняв 3 різних етапу вибору, а саме: 1) Виникнення окремих потягів, з яких кожне, якби воно було єдиним, безпосередньо перейшло б у дію; 2) Взаємна затримка й урівноваження потягів, вибір між якими призводить до вирішення; 3) Вольовий імпульс, за допомогою якого не стримане або визначене певним вибором бажання переходить у відповідну фізичну дію.

Точки зору на волю як на вибір одного з декількох спонукань або як вирішення конфлікту мотивів дотримувалися такі вчені як Г. Челпанов [17], Ф. Лерш [37], В. Франкл [30] та інші.

Одним з перших дослідників, який звернув увагу на волю як особливу форму психічної регуляції поведінки був М.Я. Басов (за Є. Ільїним [30]). Влада особистості над своїми душевними станами, відзначав він, можлива тільки при наявності в складі її душевної єдності деякого регулятивного чинника.

Інші дослідники розуміють волю (довільність), як самоуправління своєю поведінкою за допомогою свідомості, яке передбачає самостійність людини не тільки в прийнятті рішення («свобода волі»), але й в ініціації дій, їх здійсненні та контролі. Вони визначають волю як здатність людини, що виявляється в самодетермінації і саморегуляції нею своєї діяльності та різних психічних процесів.

В даний час в психологічній науці немає єдиної теорії волі, хоча багатьма вченими і робляться спроби розробити цілісне вчення про волю з його термінологічної визначеністю й однозначністю. Так, в американській

поведінковій психології замість поняття волі стали вживати поняття «стійкість поведінки» - як наполегливість людини в здійсненні початих поведінкових актів, у подоланні виникаючих на її шляху перешкод. Цю наполегливість, у свою чергу, пояснювали такими характеристиками особистості, як цілеспрямованість, терпіння, завзятість, стійкість, послідовність і т. ін. Сучасні психологічні теорії вивчають різні аспекти проявів волі: в біхевіоризмі вивчаються відповідні форми поведінки, в психології мотивації досліджуються внутрішньоособистісні конфлікти і способи їх подолання, в психології особистості виділяються і вивчаються відповідні вольові характеристики особистості [17; 30; 32].

Традиційно воля визначається як свідоме регулювання людиною своєї поведінки і діяльності, виражене в умінні долати внутрішні та зовнішні труднощі при здійсненні цілеспрямованих дій і вчинків. Серед найбільш популярних напрямків в дослідженні проблеми волі виділяються так звані гетерономні й автономні (або волюнтаристські) теорії волі. Гетерономні теорії зводять вольові дії до складних психічних процесів невольового характеру - асоціативних й інтелектуальних процесів (Г. Еббінгауз) [18]. Проміжне місце між гетерономними й автономними теоріями волі займає афективна теорія волі В. Вундта [17]. У найпростішому вольовому акті Вундт (за Є. Ільїним [30]) виділяє два моменти: афект і пов'язану з ним дію. Зовнішні дії спрямовані на досягнення кінцевого результату, а внутрішні - на зміну інших психічних процесів, включаючи емоційні. Теорії автономної волі пояснюють цей психічний феномен виходячи із законів, закладених в самій вольовій дії.

Більшість сучасних концепцій розглядають вольовий процес як процес свідомого контролю дій. Згідно даних Kielhofner [47] волевиявлення є однією з трьох підсистем, що впливають на поведінку людини в цілому. В рамках цієї моделі, волевиявлення включає цінності, інтереси та самоєфективність.

В той час, як К. Левін (за Є. Ільїним [30]) стверджує, що мотивація та воля є одним й тим самим, інші автори стверджують, що існує певний поріг бажання, що відрізняє мотивацію від волі: коли бажання лежить нижче цього порога, це мотивація, а коли воно перетинає його, то стає волевиявленням. Сучасне бачення на вольові процеси також робить наголос на відмінності між імпульсними діями та регульованими (Kuhl, Neckhausen [8]). Наприклад модель Корно [4] співставляє вольові дії з процесами саморегульованого навчання. Корно характеризує вольові процеси як динамічну систему психологічного процесу, який впливає на концентрацію на цілі та скеровує зусилля на її досягненні.

Не дивлячись на зусилля вчених виявити відмінності між волею та мотивацією, все ще ведуться дебати щодо конструкції воля – мотивація: чи це частини одного цілого, чи це окремі конструкції. Наприклад Kühl [8] в поняття вольового контролю включає в себе певні елементи мотиваційного керування тощо. Вчений виділив шість стратегій вольового контролю, а саме: контроль уваги, керування кодуванням інформації, контроль емоцій, керування мотивацією, обробка інформації та керування навколишнім середовищем. В цілому, більшість досліджень саморегуляції було проведено в основному на соціальній когнітивній концептуальній основі (Сноу, Джексон, Корно [32; 4; 8; 11]). З точки зору інтегративного підходу, концептуальні відмінності між мотивацією та волею можуть бути аналогічні відмінностям між різними сторонами однієї медалі. Тобто, свідомий контроль і мотивація може розглядатися в якості особистісного ресурсу для підкріплення волі.

У відповідності до ідеї того, що мотивація має скритий вплив на процеси дій, дослідники, що вивчали діяльність людини з точки зору волевиявлення з'ясували досить неявний характер мотивації в діях (Zimmermann) [4]. Дійсно, певна мотивація може сприяти відповідним діям, проте вольові процеси впливають саме на рішення діяти певним

чином, іноді всупереч мотивації. Тобто, однією з головних функцій волі є посилення необхідної мотивації та вдосконалення на цій основі свідомої регуляції діяльності. Особливістю включення вольової регуляції в початковий момент діяльності складається в тому, що людина свідомо, відмовляючись від одних потягів, мотивів та цілей, обирає інші, всупереч безпосередніх, сьогочасних спонукань.

Отже, зрозуміти, що таке воля, можливо лише поєднавши різноманітні точки зору на це складне питання. Тому розуміння волі можливо лише з урахуванням її поліфункціональності як механізму свідомого та цілеспрямованого керування людиною власною поведінкою.

Індивідуалізація способу життя індивіда відтворюється в його стилі життя, тобто в сукупності зразків поведінки, які фіксують стійкі риси, манери, смаки, схильності людини. Під способом життя розуміється стійка типова форма життєдіяльності особистості і спільнот, міра їх входження в соціум, типові взаємодії індивіда з суспільством, і групових відносин групами, іншими людьми [17]. Йдеться про звички, традиції, стереотипи поведінки, які визначають взаємозалежність між індивідом і його оточенням.

Розпоряджаючись особистісними ресурсами, людина отримує можливість будувати відносини зі світом і в цьому процесі формувати самого себе. Активність, саморегуляція, саморозвиток і самовдосконалення - ключові характеристики людини як суб'єкта життя. Міра саморозвитку особистості пов'язана з мірою її активності в організації подій свого життя. Через управління подіями стає можливим управління змінами самої особистості - саморозвиток. Поняттям «саморозвиток» описуються такі феномени розвитку, які представлені актами довільної, цілеспрямованої, керованої особистістю самозміни. Саме вольові процеси впливають на здатність вести себе незалежно від будь-яких обставин (і навіть всупереч їм), керуючись при цьому власними, свідомо поставленими цілями.

В загальному вигляді під регуляцією розуміють узгодження чогось з усталеними правилами, нормами тощо. Норма визначається суб'єктом у вигляді цілі діяльності, а поведінка регламентується так, аби досягти цілей з найменшими втратами. Серед рівнів психічної регуляції виділяються наступні: мимовільна регуляція (мимовільні реакції); сенсорна та перцептивна регуляція; довільна регуляція (мисленнєвий рівень регуляції); вольова регуляція (найвищий рівень довільної регуляції діяльності, що забезпечує подолання труднощів при досягненні цілей).

Отже, головна функція вольової регуляції полягає у свідомій регуляції активності певного способу життя особистості. Адже спосіб життя людини відображає характер життєдіяльності людини у відповідності до усталених норм, цінностей і умов навколишнього середовища (Ю.Швалб) [61]. Саме завдяки вольовим зусиллям індивід може відповідати чи ні зовні визначеним нормам, традиціям, правилам, законам тощо.

В різноманітних умовах вольові зусилля можуть відрізнятися по інтенсивності, що залежить як від зовнішніх так і від внутрішніх перепон. Внутрішні фактори (моральна стійкість особистості, світогляд, рівень самоорганізації та ін.) формуються протягом життя людини та характеризують рівень розвитку вольової сфери людини та особистості загалом.

Питання про те, які якості вважаються вольовими залишається відкритим. Різними авторами виділяються від 10 до 34 вольових якостей особистості (Н. Добринін, В.К. Калін, С.А. Петухов, П.А.Рудік і ін.) [32]. Найчастіше до вольових якостей відносять: цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, витримка, самостійність, сміливість, стійкість, самовладання, ініціативність. Та чи інша сукупність вольових якостей, як вважав А.Ц.Пуні [30], визначається стійкими, об'єктивними умовами конкретного виду діяльності.

Вольовий рівень регуляції характеризується усвідомленістю та довільністю процесів регуляції, їх спрямованістю на себе, тобто саморегуляцією, самоконтролем. В саморегуляції відображуються суб'єкт – суб'єктні відносини, коли людина одночасно є в ролі суб'єкта та об'єкта взаємодії. При цьому людина усвідомлює цілі та наслідки власних дій та вчинків.

Коли йдеться про волю й самоконтроль, мається на увазі їхнє взаємне проникнення один в одного. Оскільки чіткого визначення вольового самоконтролю не існує, а є тільки поняття вольовий контроль. У зв'язку з тим, що здійснення дій відбувається частіше всією при наявності зовнішніх і внутрішніх перешкод, що можуть призвести до відхилення від заданої програми дії і не досягнення мети, потрібно здійснювати свідомий самоконтроль за одержуваними на різних етапах результатами. Отже, науковцями самоконтроль розуміється як свідомий контроль, здійснюваний людиною над своєю поведінкою, думками й почуттями, регулювання та планування своєї діяльності. Самоконтроль дозволяє людині свідомо змінювати напрямок своїх думок, утримувати себе від небажаних дій, свідомо керувати власним життям.

Відтак людина завдяки своїй волі починає керувати своєю активністю в світі, будувати свої відносини зі світом і на цій основі будувати індивідуальну картину світу в самій собі, формувати свій внутрішній світ. Таким чином основною функцією волі є підвищення ефективності діяльності через вибір дії при конфлікті цілей та мотивів, свідомо зміна сенсу дій, регуляція психічних станів і психічних процесів, регуляція власного способу життя. Визначено, що в процесі діяльності формується індивідуальний стиль прояву вольової регуляції особистості, який визначає успішність, результативність, якість її діяльності та саморозвитку загалом. Людина, що володіє сильною волею, уміє долати будь-які труднощі, що зустрічаються на шляху до досягнення поставленої мети; при цьому виявляє такі вольові якості, як мужність, сміливість, витривалість, наполегливість тощо.

Формування вольової регуляції пов'язано з включенням в певний процес прийняття відповідальних рішень, ситуацій, що ставлять людину перед необхідністю подолання у своїй діяльності суб'єктивних і об'єктивних труднощів, які детермінують розвиток потреби в самозміні й оволодінні способами мобілізації власних можливостей для досягнення намічених цілей. Вольова регуляція діяльності та поведінки людини, таким чином, являє собою особливу, вищу форму прояву загальної психічної регуляції. При цьому саморозвиток вважається більш високим рівнем розвитку особистості, ніж власне розвиток. В якості основних критеріїв диференціації розвитку і саморозвитку виділяються довільність і усвідомленість самозміни особистості.

Отже, вивчення волі як регулюючого процесу способу життя, відкриває нові аспекти та можливості у виробленні рекомендацій з управління вольовими процесами. Теоретико-методологічне опрацювання проблеми волі дозволило виділити як пріоритетний напрям дослідження вивчення процесуального боку вольової регуляції. Переживання вольової регуляції беруть участь не тільки у визначенні її особистісного сенсу, але і в формуванні установок, стабілізуючих характер вольових проявів в життєдіяльності людини.

Сьогодні однією з тенденцій в дослідженні волі є перехід від постановки проблеми волі в рамках завдання породження дії до задачі «оволодіння собою». Встановлено, що зовнішніми результатами вольової регуляції є конкретні досягнення людини: перемоги, досягнення, успіхи тощо. Внутрішніми результатами є зміни, що відбулися в самій особистості: нове ставлення до себе, розвиток власних можливостей, підвищення власної компетентності, професійності, емоційної стійкості у життєдіяльності, в досягненні змін власної особистості. Людина, яка досягає успіху в життєдіяльності, долаючи труднощі, не тільки розвивається і створює нові результати, але й самореалізується в житті, прагне до саморозвитку.

Волю, здатність до саморегуляції і самообмеження необхідно формувати з дитячих років. Адже в процесі саморозвитку ніхто інший, а сама особистість ставить перед собою мету, вибирає шляхи її досягнення і виходить до тих чи інших результатів. Вправляючись з дитинства в подоланні труднощів, людина вчиться знаходити свій шлях у житті, прагне бути фізично і психічно здоровим, не залишитися в повній залежності від навколишнього оточення, яка може бути і досить несприятливою. Воля знімає та долає зовнішні детермінанти та внутрішні обмеження, надає особистості свободу самореалізації та саморозвитку.

Вольова регуляція формується в процесі розв'язання людиною життєвих задач. В зрілому віці на перше місце в розвитку вольової регуляції виходять власні завдання, які ставить перед собою особистість. При цьому людина сама обирає для себе пріоритетні області розвитку, формуючи власну долю, власний стиль саморегуляції. Активно долаючи життєві проблеми, людина накопичує досвід, формується мотиваційна та змістовна сфера особистості, що лежать в основі вольової регуляції особистості. можна вважати, що воля є ключовим психологічним механізмом становлення особистості. Хоча дослідження, присвячені саморегуляції особистості в цілому виникли завдяки психології волі, вони спрямовані в першу чергу на вивчення проблем регуляції поведінки, психічного стану та почуттів.

У кожної людини є всі можливості для розвитку і самовиховання волі. І чим раніше починається свідомий процес виховання її, тим більших успіхів людина може домогтися. Вольова регуляція діяльності та поведінки людини, таким чином, являє собою особливу, вищу форму прояву загальної психічної регуляції. Ми розглядаємо вольову регуляцію як вищий рівень регуляції, що є різновидом довільної регуляції, особливою формою її прояву, як свідому активність особистості, що дозволяє їй управляти своєю поведінкою за допомогою системи певних дій і якостей особистості.

1.4. ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЯК ОСНОВА ЕКОЛОГІЧНО ОРІЄНТОВАНОЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Екологізація способу життєдіяльності людини як сучасна світова тенденція спирається на зміну базових ціннісно-сміслових конструктивів ставлення особистості до світу, навколишнього середовища, до власного життя і до себе. Особистісні характеристики та їхні прояви належать до певного рівня цілісної структурної організації особистості, а саме - емоційного, когнітивного, ціннісно-сміслового. В залежності від місця та функцій в структурі особистості ці характеристики своєрідно забезпечують різноманітні прояви в життєдіяльності людини та, зокрема, розвиток екологічної орієнтації її способу життя. Особистісні чинники еколого-орієнтованої життєдіяльності сучасної людини є провідними та в той же час практично не вивченими ні в теоретичній, ні в практичній площинах.

Особливості способу життя та його якості аналізуються представниками екзистенційного, гуманістичного напрямків, в рамках яких уявлення про «автентичне життя», «хороше життя», розкривається через розкриття психологічного наповнення змісту поняття «якості життя». Так К. Роджерс описує «хороше життя» (а в нашому підході, можливо, як екологічно орієнтоване) як процес вільного руху, розвитку суб'єкта в будь-якому напрямку, а основними характеристиками при цьому виступають відкритість людини власному досвіду, устремління жити теперішнім і зростаюча довіра до себе, як запоруки найкращого варіанту побудови поведінки в різних життєвих ситуаціях. Чим більше людина живе «хорошим життям», тим в більшій мірі відчуває свободу вибору і тим більше остання реалізується в поведінці та життєдіяльності в цілому. Згідно з Д.Б'юженталем «аутентичне життя» передбачає рух

особистості до дедалі більшої ефективності та задоволення від власного життя[16,19,39]. М. Чиксентмихайї розробляє тему перебування людини в гармонії зі світом зовнішнім та внутрішнім, «в потоці» життя, як повсякденної творчості та оптимального переживання. Потік, або оптимальне переживання символізує внутрішню впорядкованість, коли людина знаходиться на межі своїх можливостей. Згідно з його теорією люди найбільшою мірою відчують єдність зі світом, щасливі, якщо перебувають в цьому особливому **потоковому стані**, стані повного єднання з діяльністю та ситуацією. Стан потоку можна вважати оптимальним станом внутрішньої мотивації життєдіяльності, за якої людина емоційно повністю включена в те, що вона робить. Особистість в такому разі здатна знаходити рішення на кожен новий виклик і завдяки цьому переживати стан задоволення, гармонії. В такому стані людина переживає натхнення та особливу радість, а почуття ці надовго залишаються та слугують орієнтиром в житті.

Проблематика екологічно орієнтованої життєдіяльності лежить у тісному зв'язку з питанням, які розглядаються в руслі уявлень позитивної психології, яка вбачає свій науковий інтерес у психологічному дослідженні оптимального, хорошого, благополучного та гармонійного життя та діяльності людини. Позитивні емоції розглядаються як основний чинник суб'єктивного благополуччя та низки психологічних: зваженої самооцінки, а також – соціальних індикаторів: продуктивності в роботі, успішності в навчанні. Досліджуючи позитивні емоції Барбара Фредріксон систематизувала дослідження про позитивні емоції та сформулила перелік з десяти емоційних станів: натхнення, любов, вдячність, задоволення, гордість, спокій, оптимізм, захоплення, подивування, радість. Згідно з теорією позитивні емоції розширюють спектр тенденцій в пізнавальній та поведінковій сферах, збільшуючи їх варіативність. Вплив позитивних емоцій визначається не як швидка реакція на поточні ситуації, а

довготривала – так у соціумі більше шансів для нормальної життєдіяльності у доброзичливої людини.

Рівень особистісного розвитку визначає характер взаємозв'язку між перемінними в структурі особистості: на більш низькому рівні характер взаємозв'язку перемінних є більш жорстким і носить детерміністичний характер; на більш високому рівні розвитку, одні виступають відносно інших лише як передумови, не визначаючи їх однозначно. Сам же «особистісний розвиток протікає в напрямку від генетично обумовлених універсальних структур до менш універсальних структур, які первісно існують в модальності можливого» (за Д.О.Леоньевим). В площині питання особистісних чинників екологічно орієнтованої життєдіяльності нас цікавлять насамперед ті, що можуть виступати як ресурси особистості. Такий особистісний ресурс покликаний сприяти ефективній адаптації людини до різних середовищ та практичному оволодінню ними, змінюють обставини життя та себе, трансформуючи і середовище життєдіяльності, і самих себе, а також виконують функцію запобігання особистісним відхиленням та дезадаптивній поведінці [16,19, 39]

Без врахування особистісних детермінант проблематично визначити яким чином і якою мірою власне особистісні ресурси та активність людини впливають на сприймання та оцінку власної життєдіяльності як екологічної чи неекологічної, благополучної чи неблагополучної. На зміну поняття адаптації, що широко використовувалось у психологічних дослідженнях приходить поняття оволодіння чи опановування людиною різними життєвими ситуаціями. Саме готовність людини до змін у житті та здатність створювати необхідні умови для свого розвитку і відрізняє адаптацію до життєвих обставин від побудови власної життєдіяльності через активний вплив на умови та обставини життєдіяльності. За таких умов саме психологічна складова особистісного потенціалу визначає

наскільки психологічне благополуччя і якість життя людини залежить не від оптимального збігу обставин а від її власної діяльності.

Особистісні детермінанти життєдіяльності є та інтегральна системна характеристика індивідуально-психологічних особливостей особистості, яка лежить в основі здатності особистості виходити зі стійких внутрішніх критеріїв і орієнтирів в своїй життєдіяльності. Це властивість особистості виявляти себе, як автономний та саморегулюючий суб'єкт активності, що змінює зовнішній світ і є стійким відносно зовнішніх обставин та гнучко реагує на зміни зовнішньої та внутрішньої ситуації. О.Г.Асмолов лаконічно розкриває концепт особистісного потенціалу у формулі: «особистість, яка змінюється у світі, що змінюється» [16].

Предметом нашого наукового аналізу стали особистісні, а саме - емоційні чинники екологічної орієнтації життєдіяльності. Особистісні детермінанти, що в сукупності та індивідуальній конфігурації утворюють особистісний потенціал кожної людини, є достатньо широким полем, яке можна умовно розділити на основні структурні складові. Перша складова – це є рівень сенсів та цінностей, що об'єднує ціннісні орієнтації, життєві цілі, устремління та життєві смисли. Друга складова – когнітивна, охоплює знання та уявлення, базові установки поведінки, усвідомлення відповідальності та обов'язку. Третя складова – емоційна, що визначається такими опціями, як задоволеність власним життям, особистим статусом, професійною реалізацією, відчуттям щастя, ставленням до себе. Четверта складова - регулятивна об'єднує локус контролю, вольову сферу, механізми прийняття рішень. Разом з тим, зазначимо, що власне особистісний смисл (поняття, котре використовується в психологічній теорії діяльності та психології смислу (О.М.Леонтьєв, О.О.Леонтьєв, Д.О.Леонтьєв) відображає певну значущість чогось для людини, лежить в основі емоцій, маючи недиференційований, довербальний характер.

Щоб наблизитись до розуміння еколого-орієнтованої життєдіяльності особистості вартує зрозуміти смислове наповнення вчинків людини. Задля цього маємо прояснити що саме спонукає особистість рухатись шляхом поступального становлення, які саме конструкти входять до сфери сфокусованих феноменів, що вибудовують її життєдіяльність. Загальний підхід при розгляді смислової складової життєвої реальності має бути «багатовимірним, одночасно включеним до низки систем взаємовідносин, проаналізованим в онтологічному, феноменологічному та діяльнісному аспектах [39, С. 165].

Найбільш важливим при цьому, на думку Д.О.Леонтьєва визнається онтологічний аспект, тобто погляд на смисли «в контексті життєвого світу та життєвих взаємовідносин суб'єкта», коли «поняття смислу, виводячи аналіз за межі свідомості у площину життєвого світу, дозволяє подолати бінарну опозицію афекту та інтелекту, пізнання та почуттів[39,С.165]. Скористаємось визначенням Віктора Франкла сенсу життя, як такого, що «залежить від того, наскільки ми виконуємо чи не виконуємо вимоги, що пред'являються нашими власними життєвими задачами [54, С. 225]. В такому розумінні сенс життя є концентрованою характеристикою найбільш стержньової і узагальнюючої динамічної смислової системи, котра відповідає за загальну спрямованість життя суб'єкта як цілого» [39, С. 250]. Виходячи з цього сенс екологічно орієнтованої життєдіяльності особистості можна розглядати через призму її життєвих цілей та загальної спрямованості життєдіяльності. Сміслові структури особистості мають різні вектори розвитку, тобто минуле вже не визначає теперішнє і майбутнє, зазвичай, вже присутнє у теперішньому. Особистісні цінності є смислоутворюючими одиницями свідомості особистості та визначають базові та відносно стійке ставлення людини до світу, до людей, до себе.

Екологічні цінності піддаються прицільному аналізу в загальному контексті розвитку цінностей людини та суспільства та визначаються як

різновид цінностей що охоплюють сферу взаємодії в системі «людина – природа».

Визначення сутності – внутрішнього змісту та структури поняття екологічних цінностей ще чекає своїх дослідників. Але на сьогодні важливо відмітити посилення науковців на зв'язок екологічних цінностей з потребами людини, коли акцентується важливість розкриття перед підростаючим поколінням потенціалу естетичних, духовних потреб, що реалізуються у взаємодії з природою. Важливим є також зв'язок екологічних цінностей з емоційною сферою. Позитивні цінності у взаємовідносинах людини і природи засвоюються і розвиваються на базі позитивних емоцій. Вони включаються до емоційно-ціннісної сфери особистості та стають стержнем її екологічної культури.

В цьому контексті важливо підкреслити сучасну тенденцію орієнтації дослідників (які рухаються в руслі феноменологічного підходу та так званих якісних психологічних досліджень) на вивчення смислів і переживань людини, врахування контекстів задля отримання повноцінних і надійних способів вивчення сенсів, які надають люди предметам і подіям власного життя та переживань, пов'язаних з ними. Психологічні феномени аналізуються в широкому контексті своїх проявів, з поглибленим аналізом соціального, культурного, історичного, комунікативного тла, практиками способу життя та ін. Зокрема, феноменологічна стратегія якісних досліджень передбачає реконструкцію структури переживань і прояснення тих особистісних смислів, якими наділяє людина предмети та ситуації, події, інші аспекти власної життєдіяльності. Такого роду дослідження передбачають вивчення інтенціонального суб'єкта який породжує питання про свої бажання, надії, побоювання і т.п.

Суть екологічних цінностей має розглядатися не у звичній логіці суб'єкт-об'єктних зв'язків, а коли людина наділяє себе правом оцінювати значущість чи незначущість для себе тих, чи інших об'єктів світу природи,

а у рамці прийняття цінності і значущості природи і людини одне для одного, нерозривності їхнього зв'язку і неподільності функціонування та розвитку.

Сутність екологічних цінностей можна представити в низці характеристик :

- сповідування ідеї екоцентризму (екоцентрична орієнтація життєдіяльності),
- значимість суб'єкт-суб'єктної взаємодії, де живі прояви і доля природи і людини вбачаються як неподільні,
- значимість сталого узгодженого розвитку природи і людини.

За такими характеристиками екологічних цінностей стоїть поступова відмова людини від головного ціннісного смислу цивілізації – бути господарем у біосфері і перегляд цінностей.

Когнітивний рівень утворюється індивідуальними соціальними та моральними уявленнями та установками. Якщо в структурі детермінант екологічно орієнтованої поведінки переважають індивідуальні установки, які базуються на переживаннях та емоційному досвіді, то прояви такого роду поведінки будуть більш виразними, оскільки такі установки вже інтеріоризувались, свідчать про екологічно орієнтовану самосвідомість, тобто стали індивідуальними нормами поведінки. Якщо ж переважають суто правові детермінанти, чи обов'язку отже можна твердити, що основним регулятором еколого-орієнтованої поведінки виступають зовнішні відносно людини принципи.

За умови відсутності домінуючих детермінант можна припускати, що структура установок еколого-орієнтованої поведінки є недостатньо диференційованою, а екологоорієнтована мотивація поведінки не є доволі усвідомленою, що може тягти за собою як зниження відповідної активності, так і сили протидії неекологічним проявам у вибудові власного життєвого середовища.

На рівні аналізу емоційних чинників важливим видається проаналізувати значущі для визначення еколого-орієнтованої орієнтації особистості такі показники як емоційне благополуччя, задоволеність власним життям, особистим статусом, професійною реалізацією, відчуття щастя.

До проблеми емоційного благополуччя так чи інакше звертаються практично усі автори, що займаються дослідженнями емоцій. Проте вважаємо, що на даний момент проблема емоційного благополуччя особистості розглянута в психології опосередковано і в цілому донині залишається недостатньо вивченою. Багато її аспектів ще є недостатньо обґрунтованими і вимагають більш глибокого проникнення в суть явища. Наука ще не має єдиної концептуальної позиції щодо емоційного благополуччя як окремого напрямку дослідження. Авторі зазвичай не послуговуються терміном "емоційне благополуччя", використовуючи його аналоги ("позитивний нервово - психічний тон" В.М.Бехтерев), "задоволення - радість" (К.Ізард), "щастя" (М.Аргайл) «поток» (М.Чиксентмихайї). Крім того, не виявлені і не систематизовані психологічні прийоми і засоби, спрямовані на досягнення позитивного емоційного фону. Окремі дослідження присвячені вивченню взаємовпливу емоційного благополуччя та індивідуально-типологічних особливостей особистості, хоча на сьогоднішній день ми не маємо систематизації прийомів та засобів досягнення особистістю емоційного благополуччя. Розробка поняття емоційного благополуччя могла б дозволити розкриті і більш глибоко зрозумілі утруднення в емоційній сфері сучасної людини.

Проте використання поняття емоційного благополуччя як самостійної та повноцінної категорії, яка б дозволила системно вивчати емоційні переваги, як ресурси, а також як утруднення людини, багато в чому ускладнюється тим, що в самій психології дослідження емоційного благополуччя носять доволі нечіткий і несистематизований характер.

Таким чином, узагальнення і доповнення знань різних підходів - як практичних, так і теоретичних, розробка основ універсального підходу до досліджень емоційного благополуччя є дуже запитаною. Нині можна виділити наступні основні проблеми, що стоять перед психологією в контексті досліджень емоційного благополуччя: - вироблення єдиного підходу у визначенні емоційного благополуччя, яке б носило системний характер; - виділення і розмежування (якщо можливо) критеріїв визначення емоційного благополуччя і неблагополуччя; - виділення і розмежування (якщо можливо) основних чинників, які визначають стан емоційного благополуччя/неблагополуччя, систематизація, виявлення їх співвідносної значущості; - можлива діагностика (пряма і/або непряма) емоційного благополуччя; - вироблення і вибір із вже відомих практичних рекомендацій і методів впливу з метою досягнення емоційного благополуччя.

Різні дослідження емоційного благополуччя починаються, передусім, з його визначення. Відповідно до цього метою нашого дослідження стало виявлення підходів до визначення поняття "емоційне благополуччя". Як показав проведений нами теоретичний аналіз, нині існує декілька напрямів досліджень емоційного благополуччя, які взаємодоповнюють один одного.

1. Емоційне благополуччя перш за все аналізується в контексті вивчення емоційного самопочуття людини на перших етапах онтогенезу – дошкільного, шкільного та підліткового віків (Л. І. Божович, Т. В. Драгунова, М. В. Зінов'єва, В.К.Котирло, С.Є.Кулачківська, М.І. Лісіна, Л. С. Славіна, Т.М. Титаренко та ін.). При цьому емоційне благополуччя визначалось як позитивний емоційний стан, емоційний комфорт [19, 52]. Роботи були присвячені переважно аналізу емоційного неблагополуччя, через відсутність якого власне і давалось визначення самого поняття благополуччя.

2. Емоційне благополуччя також розглядається в контексті значення емоцій в житті людини, функцій, що виконуються ними (Л. М. Аболин, Вілюнас, О. А. Воробйова, В. Р. Сари-Гузель). Емоційне благополуччя людини пов'язане як з характером переживаних емоцій, так і з можливістю і умінням ці емоції виражати. У рамках цього напрямку досліджень воно може бути визначене як показник успішності емоційної регуляції людини (тобто наскільки "добре", повноцінно емоції можуть виконувати свої функції в життєдіяльності окремої людини) [49, 50, 58].
3. Об'ємніше уявлення про емоційне благополуччя може бути отримано за рахунок розгляду його як невід'ємної і складеної частини психологічного благополуччя особі в цілому (М. С. Дмитрієва, М. Ю. Долина, Л. В. Куликів). У руслі цього підходу емоційне благополуччя може бути визначене як інтегральна характеристика (інтегральне переживання), в якій сфокусувалися почуття, обумовлені успішним функціонуванням усіх боків особистості. Крім того, емоційне благополуччя відбиває не лише знак (полярність) тих або інших емоційних проявів, але і можливість особистості ефективно регулювати будь-які з цих проявів.

Емоційне благополуччя тісно пов'язане з іншими характеристиками - такими, як "щастя", "задоволеність життям", "суб'єктивна оцінка якості життя". Отже, і емоційне благополуччя, знаходячись в нерозривній єдності з психологічним благополуччям, взаємопов'язане з ним.

Проведений аналіз літературних джерел дозволяє сформулювати визначення емоційного благополуччя як багатовимірного явища, яке визначає емоційне самопочуття, є показником успішності емоційної регуляції людини, а також нерозривно пов'язане з її психологічним благополуччям.

Ще одним важливим питанням у визначенні емоційного благополуччя є виділення і розмежування (якщо можливо) критеріїв емоційного благополуччя та неблагополуччя. Потрібно відмітити, що досліджень, які б змістовно описували емоційне благополуччя, значно менше, ніж аналогічних досліджень емоційного неблагополуччя.

Так, найчастіше виділяють наступні змістовні характеристики емоційного неблагополуччя :

- домінування негативних за знаком емоцій - страху, образи, невдоволення, відчаю;
- наявність присутність яскраво вираженої прямої або непрямой агресії;
- пригніченість;
- відчуженість, ізолюваність, відсутність контакту як із зовнішнім світом, так і зі своїм внутрішнім світом, у тому числі і зі своєю емоційною сферою;
- психічна неурівноваженість, коли будь-який об'єкт у цей момент сприймається як подразник і переломлюється через призму саме цього несприятливого стану;
- переважання сильних переживань, що пронизують систему стосунків і поведінки людини, гальмують активну діяльність людини, знижують її розвиток і звужують поле її індивідуального прояву.

Аналіз досліджень, присвячених емоційному благополуччю, дозволив виділити такі змістовні характеристики:

- переважаючий позитивний емоційне тло; - домінуючий стан спокою, задоволеності і упевненості;
- суб'єктивне переживання щастя;
- спрямованість на позитивні стосунки з іншими, пронизані довірою і піклуванням.

Окрім критеріїв емоційного благополуччя (неблагополуччя), які відносяться до якісного аналізу (змісту) найемоційнішої сфери, можна

виділити ще два, які визначають характер контакту людини зі своєю емоційною сферою, а саме:

- усвідомлення людиною перебігу власних емоцій,
- можливість ефективно регулювати будь-які зі своїх емоційних проявів (незалежно від їх знаку).

Виділення критеріїв емоційного благополуччя дозволяє досліджувати можливі взаємозв'язки емоційного благополуччя та інших психологічних явищ і характеристик, що дозволяє ще більше розкрити і осягнути суть емоційного благополуччя.

Результати наукових розвідок таких вчених, М. Аргайл, Л.В. Куликов, Д.О.Леонт'єв, Н.В.Коврига, Е.Л. Носенко К.Ріфф, М.В. Соколова та ін. вказують на те, що саме суб'єктивне благополуччя відбиває емоційно-ціннісне ставлення людини до себе, до соціального та природного середовища, і тим самим визначає інтенсивність і спрямованість її поведінки та життєдіяльності в цілому. Отже саме емоційні чинники виступають внутрішніми детермінантами суб'єктивного благополуччя особистості [19,39,60,3,5].

Ставлення до себе інтегрує елементи Я-концепції. Позитивна самооцінка та позитивне емоційне самоприйняття, позитивний образ «Я» створюють добрі передумови для конструктивної поведінки особистості у складних життєвих ситуаціях, в той час як негативне ставлення до себе деформує екологічно відповідну поведінку та спричиняє пошук компенсаторних механізмів, що активізуючись, перешкоджають здійсненню такої поведінки.

В контексті тлумачення змісту такого конструкту, як емоційний інтелект, що відображає загальний адаптивний потенціал особистості (Д.Гоулмен, Г. Гарднер, Д. Карузо, Дж. Майєр, П. Саловей) автори пропонують розглядати останній як форму прояву позитивного ставлення людини до світу (оцінка його як прихильного і такого, у якому

вона може здійснювати успішну життєдіяльність); до інших людей (як гідних доброзичливого ставлення); до себе (як спроможної самостійно визначати цілі власної життєдіяльності й активно діяти задля їх здійснення; як гідної самоповаги).

Емоційний інтелект розглядається як здатність до розпізнання, розуміння емоцій і управління ними; маються на увазі як власні емоції суб'єкта, так і емоції інших людей (Г.Г. Гарскова, Д.В. Люсін, J.D. Mayer, P. Salovey, K.V. Petrides, A. Furnham та ін.). У зарубіжній психології виділяється ряд наукових напрямів у вивченні даного конструкта. Емоційний інтелект вивчається в аспекті успішності життєдіяльності людини (D. Goleman, R.K. Cooper, A. Sawaf, T.H. Weisinger, S.B. Wolf), ефективної комунікації та соціальної інтеракції (U.S. Schulte), його взаємозв'язку з показниками психічного і фізичного здоров'я (M.L. Bracken, J.V. Cianochi, G.R. Trinidad).

Емоційний інтелект досліджують з метою визначення взаємопов'язаності із різними сферами життєдіяльності – професійною, міжособистісною, побутовою, а також з лідерством, з переживанням щастя тощо.. Австралійські дослідники Емі Чанта Джозеф Чарочі (Joseph Ciarrochi Amy Y C Chan) виявили залежність між емоційним інтелектом та задоволеністю життям: із зростанням показника емоційного інтелекту зростає рівень задоволеності власним життям. Аналогічний взаємозв'язок виявився і між емоційним інтелектом та задоволеністю сімейним життям. Згідно з результатами досліджень Сат'ї Кумар та Від'я Ієр (Sathya Kumar, J.; Iyer, VidyaRajar) емоційний інтелект пов'язаний із задоволеністю роботою: чим вищий рівень емоційного інтелекту, тим більше працівники виявили задоволеність своєю роботою. Водночас американські дослідники Марк Бреккет та Джон Мейєр (Marc A. Brackett, John D. Mayer), вивчаючи специфіку зв'язків між емоційним інтелектом та особливостями повсякденної життєдіяльності, виявили що чим нижчий рівень емоційного

інтелекту, тим більше особистість виявляє схильність до вживання алкоголю і наркотичних речовин, деструктивних проявів у стосунках, а також переживає самотність, як болісну ізолюваність. Оперуючи поняттями екологічності- неекологічності можна говорити про більші ресурси для реалізації екологічно орієнтованої життєдіяльності людини, яка характеризується більш розвиненим емоційним інтелектом, відчуючи і розуміючи адекватніше і оточуючих людей і власне себе, вибудовуючи відповідно синтонну поведінку.

За даними дослідження вітчизняних вчених Е.Л.Носенко, Н.В.Ковриги інтегрованим відбиттям внутрішніх детермінант емоційного інтелекту у свідомості людини можна вважати саме почуття психологічного благополуччя, у формі якого фіксується позитивне ставлення індивідуума до себе як суб'єкта життєдіяльності.

На рівні регулятивному, що визначає вектор орієнтації життєдіяльності людини, важливим та інформативним є показник локусу контролю, що визначає схильність людини бачити джерело управління своїм життям переважно у зовнішніх чинниках, чи в самій собі. Людина з екстернальним локусом контролю схильна приписувати відповідальність за події власного життя зовнішнім чинникам (випадковість, доля, фатум, навколишнє соціальне, природне середовище). Особистість з інтернальним локусом контролю бере на себе відповідальність за події свого життя. Можна припустити, що екологічно орієнтована особистість є носієм інтернального локусу контролю, в той час як екстернальний локус контролю є більш характерним для особистості, що характеризується загалом неекологічним підходом в реалізації своєї життєдіяльності.

Хоча використання параметру локусу в даному контексті є доволі проблематичним, оскільки в стані депресивному люди можуть бути схильними до самозвинувачень, а приписування відповідальності за негаразди в житті зовнішнім обставинам може співвідноситись не стільки з

емоційним неблагополуччям, кільки з агресією, самообманом, когнітивними деформаціями. За внутрішнім локусом при поясненні причин негараздів може стояти як самозвинувачення («я невдаха», «в мене нічого не виходить в житті» так і прийняття на себе особистої відповідальності за події в житті («я мало попрацювала і не передбачила такого варіанту подій»). Так само щодо пояснення подій життя через зовнішні фактори в світлі позитивного настрою та оптимістичного налаштування на майбутнє («Це був просто не мій день», «Завтра буде інакше»), так і негативного тла, песимістичного характеру життєвого прогнозу («Мене люди не люблять», «Мені по життю не щастить»). Так само за внутрішнім локусом може приховуватись самозвинувачення («Все це моя провина») а за зовнішнім – звинувачення інших людей, що аж ніяк не може свідчити про благополуччя людини і екологічну орієнтованість її життєдіяльності. Можливо, емоційно благополучні люди в принципі меншою мірою фіксують увагу на питанні «Хто, винен?», або що є причиною такого стану речей, а більше зосереджуються на тому, як можна змінити ситуацію, владнати і покращити її, чи за умов неможливості щось змінити, навпаки адаптуватись до неї.

Емоційне переживання особистістю власного життя як цілісного, відбиває загальний рівень її психологічного благополуччя і вірогідно визначає екологічно орієнтовану спрямованість її життєдіяльності. Базові переконання особистості стосовно навколишнього світу і себе, що формуються впродовж перших етапів онтогенетичного розвитку у взаємодії з найближчим оточенням, згодом можуть трансформуватись лише під впливом значущих для особистості подій.

Саме оптимістичне, життєрадісне емоційне світосприйняття особистості, сповнене вірою у майбутнє може стати основою для її подальшого розвитку в напрямку екологізації свого близького та більш широкого життєвого простору.

Дослідники, що розвивають напрям позитивної психології, визнають високий внесок суб'єктивних параметрів до інтегрального показника психологічного благополуччя людини. Можна говорити про те, що останнє є ключовим виміром суб'єктивного аспекту якості життя, загальною результуючою взаємовпливу умов життя та активності особистості. У структурі психологічного благополуччя, що є свідченням вияву реалізації екологічно, чи неекологічно орієнтованої життєдіяльності людини виділяються окремі елементи, що за свідченням М.Селігмана, підлягають вимірюванню, а саме: позитивні емоції, включеність, смисл, досягнення та позитивні взаємини. Останні є пов'язаними як з емоціями, так і з базовими механізмами саморегуляції та здоровим способом життя. Роботи, здійснені в рамках позитивної психології показують, що недостатньо людину звільнити від проблем і тривог, щоб вона могла відчувати емоційне благополуччя. Алгоритми благополучної, оптимальної життєдіяльності, стаючи предметом спеціального напрямку дослідження, поступово виокремлюються і знаходять підтвердження теза про те, що саме позитивні особистісні фактори, сильні сторони особистості можуть виконувати профілактичну, захисну функцію, знижуючи ризик невдоволення життям, депресії, хвороб та дезадаптації, а отже формувати екологічно орієнтований вектор вибудови стосунків зі світом.

Використані джерела

1. Altman I. The Environment and Social Behavior: Privacy, Personal space, Territoriality and Crowding – Brooks Cole, Monterey, CA, 1975. – 256 p.
2. Boekaerts, M. & Corno, L. Self-regulation in the classroom: A perspective on assessment and intervention. *Applied Psychology: An International Review*, 54(2), 199-231, 2005
3. Cloninger C.R., Zohar A.H. Personality and the perception of health and happiness // *Journal of Affective Disorders*. 2011. Vol. 128. P. 24–32.
4. Corno, L. Volitional aspects of self-regulated learning. In B. J. Zimmerman & D. H. Schunk (Eds.), *Self-regulated learning and academic achievement*. London: Lawrence Erlbaum. – 2001. - pp. 191-225.
5. Fredrickson, Barbara (2009). *Positivity*. New York: Crown.
6. Kahneman D, Tversky A. *Choices, values and frames* — Cambridge: Cambridge University Press, 2000. — 840
7. Kielhofner, G. "Volition". in Gary Kielhofner. *Model of Human Occupation: Theory and application* (4th edition ed.). Baltimore: Lippencott Williams & Wilkins. pp. 33–50.
8. Kuhl J., Beckmann J. Historical perspectives in the study of action control // *Action control: From cognition to behavior* / Ed. by J. Kuhl, J. Beckmann. Berlin. N.Y. – 1985. – P.178–185.
9. Margulis, Lynn and Dorion Sagan, 2007, *Dazzle Gradually: Reflections on the Nature of Nature*, Sciencewriters Books, ISBN 978-1-933392-31-8
10. Sherif, M. (1936). *The psychology of social norms*. Oxford, England: Harper. – 225 p.
11. Silva M. N., Markland D. A., Minderico C. S., Vieira P.N., Castro M.M., Coutinho S.S., Santos T.C., Matos M.G., Sardinha L.B., Teixeira P.J. A randomized controlled trial to evaluate self-determination theory for exercise adherence and weight control: Rationale and intervention description // *BMC Public Health*. – 2008. – Vol. 8. – P. 234–247.

12. Tajfel H., Turner J. The social identity theory of intergroup behaviour // Psychology of Intergroup Relations, 2nd edn. / Eds S. Worchel, W. Austin. Chi.: Nelson-Hall, 1986. – P. 7 – 24.
13. Turner J. Social comparison and social identity: Some prospects for intergroup behaviour // Europ. J. Soc. Psychol. – 1975. – № 5. – P. 5 – 34.
14. von Weizsaecker, E., Wijkman, A. Come On! Capitalism, Short-termism, Population and the Destruction of the Planet. — Springer, 2018. — 220 p.
Ел. ресурс: <http://pr-portal.com.ua/come-on-doklad-rimskogo-kluba-2758.html>
15. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская – М.: Мысль, 1991. – 300 с.
16. Асмолов А.Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека : [монография] / А.Г. Асмолов. – М.: МГУ, 1990.
17. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. 3-е изд. – М. : Московский психол-соц. инс-т, Воронеж : НПО «МОДЭК», 2001. – С. 18—56.
18. Боришевский М. И. Развитие саморегуляции поведения школьников. Автореф. дисс. доктора психол. наук. – М. : АСТ, 1990. – 40 с.
19. Бьюдженталь Дж. Предательство человечности: миссия психотерапии по восстановлению нашей утраченной идентичности // Эволюция психотерапии: В 3 т. М., 1998. Т. 3. С. 180–207;
20. Вернадський В.І. Біосфера і ноосфера. – М. : Айрис-Пресс, 2004. – 576 с.
21. Вернік О.Л. Життєдіяльність як проблема екологічної психології // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Житомир: ЖДУ ім.

- І. Франка, 2014. – Том VII. Екологічна психологія. – Випуск 36. – С. 93-102.
- 22.Вернік О.Л. Психологічні особливості образу довкілля в свідомості підлітків. Дисертація...канд. психол. наук / О.Л. Вернік– К.:, 2004. – 167 с.
- 23.Выготский Л.С. Мышление и речь. – М. : ГосСоцЭкономИзд, 1934. – 362 с.
- 24.Вложенный труд / Психология. Словарь. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с. – С. 54.
- 25.Гегель Г.В.Ф. Сочинения. Т. 12: Лекции по эстетике. Книга первая / Г.В.Ф.Гегель — М.:, 1938. — 472с.
- 26.Голд Д. Психология и география: Основы поведенческой географии. Пер. с англ. / Д.Голд – М.: Прогресс, 1990. – 304с.
- 27.Дарвин Ч. Происхождение видов путём естественного отбора или сохранение благоприятных рас в борьбе за жизнь. — Перевод с шестого издания (Лондон, 1872). — Санкт-Петербург: Наука, 1991. — 270 с.
- 28.Джемс У. Психология /У.Джемс. – М.: Педагогика, 1991. – 369 с.
- 29.Еколого-психологічні чинники якості життя в умовах розвитку сучасного суспільства : Колективна монографія / за наук. ред. Ю. М. Швалба. – Кіровоград : «Імекс-ЛТД», 2013. – 208 с.
- 30.Ильин Е. П. Психология воли / Ильин Е. П. – СПб. : Питер, 2000. – С. 17–195.
- 31.Кант И. Критика чистого разума. – М. : Эксмо, 2015. – 620 с.
- 32.Кирпенко Т. М. Сучасний стан та перспективи вивчення вольової регуляції особистості у психологічних дослідженнях / Т.М. Кирпенко // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Житомир:

- ЖДУ ім. І. Франка, 2017. – Том VII. Екологічна психологія. – Випуск 44. – С. 92-101.
- 33.Кропоткин П.А. Взимопомощь как фактор эволюции. Редакция журнала «Самообразование», М. 2007. – 161 с.
- 34.Кун М., Макпартленд Т. «Кто Я» Применение теста «20-ти высказываний» / М.Кун, Т.Макпартленд // Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара: Издательский Дом «Бахрам-М», 2003– 672 с. – С. 460 – 468.
- 35.Кювье Ж. Рассуждение о переворотах на поверхности земного шара и об изменениях, какие они произвели в животном царстве. – МОСКВА : БИОМЕДГИЗ, 1937. Ел. ресурс: <http://evolbiol.ru/cuvier.htm>
- 36.Ламарк Ж.-Б. Философия зоологии. Том 1. – М.: БИОМЕДГИЗ, 1935. – 495 с. Ел. ресурс: <http://padaread.com/?book=49062>
- 37.Леонтьев А. Н. Воля / А. Н. Леонтьев // Вестник Московского университета. – Сер. 14, Психология. – 1993. – № 2. – С. 3– 14.
- 38.Леонтьев Д. А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному / Д.А.Леонтьев // Вопросы психологии, 2011, № 1. — С. 16.
- 39.Леонтьев Д. А. Позитивная психология - повестка дня нового столетия /Д.А.Леонтьев //Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9, № 4. С. 36–58.
- 40.Леонтьев Д.А. Подход через позитивные черты личности: от психологического благополучия к добродетелям и силам характера /Д.А.Леонтьев Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. —С. 76–91.
- 41.Мальтус Т.Р. Опыт о законе народонаселения. – М. : Директмедиа Паблишинг, 2008. – 462 с.

- 42.Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности / А.А.Налчаджян. — Ереван, Издательство АН Армянской ССР, 1988. — 78 с.
- 43.Носенко Е.Л. Н.В.Коврига Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції:[Моногр]./Е.Л.Носенко, Н.В.Коврига; Дніпропетр.нац.ун-т. —К.: Вища шк., 2003.
- 44.Павленко В.И. Представления о соотношении социальной и личностной идентичности в современной западной психологии /В.И.Павленко // Вопросы психологии. — 2000. — № 1. — С. 135 - 142.
- 45.Петровский А.В. Вопросы теории и истории психологии / А.В.Петровский. — М.: Педагогика, 1984. — 272 с.
- 46.Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности / В.А. Петровский — Ростов-на-Дону, 1996. — 512 с.
- 47.Северцов О.М. Основы теории эволюции. - М.: Изд-во МГУ, 1987. — 320 с.
- 48.Селиванов В. И. Основные подходы к психологическому исследованию волевой активности личности / В. И. Селиванов // Экспериментальные исследования волевой активности. — Рязань, 1986. — 138 с.
- 49.Селигман М. Новая позитивная психология: [Монография]. /М.Селигман —М.: София, 2006
- 50.Соціально-психологічні засади становлення екологічно орієнтованого способу життя особистості [Монографія] За редакцією Ю.М. Швалба — Київ: Педагогічна думка., 2015
- 51.Спенсер Г. Недостаточность естественного подбора. — С.-Петербург : Приложение к журналу «Научное обозрение», 1894. — 120 с.
- 52.Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук

- України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. – 160 с. ISBN 978-966-189-457-9
- 53.Тхостов А.Ш. Топология субъекта (опыт феноменологического исследования) / А.Ш. Тхостов // Вестник Московского Университета. Сер. 14, Психология. – 1994. – № 3. – С. 3-13.
- 54.Франкл В. Человек в поисках смысла. /В.Франкл –М.: Прогресс, 1990
- 55.Фрейд З. Введение в психоанализ. – СПб.: Питер, 1999. – 430 с.
- 56.Фромм Э. Бегство от свободы. – М. : Академический проект, 2008. – 256 с.
- 57.Фромм Э. Э."Иметь" или "быть". // Эрих Фромм. - М. : АСТ, 2007. - 320 с.
- 58.Хейдметс М. Психология среды: становление и поиск / М. Хейдметс // Тенденции развития психологической науки. / Отв. ред. Б.Ф.Ломов, Л.И. Анцыферова – М.: Наука, 1989. — С. 242 - 254.
- 59.Черноушек М. Психология жизненной среды. / Пер. с чеш. / М.Черноушек – М.: Мысль 1989. – 174с.
- 60.Чиксентмихайи М. Поток: психология оптимального переживания./ М.Чиксентмихайи –М.: Смысл; Альпина нон-фикшн, 2011
- 61.Швалб Ю. М. Возвращение к забытой теме: проблема воли в психологии / Ю. М. Швалб // зб. наук. пр. Актуальні проблеми психології. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – Том VII. Екологічна психологія. – Вип. 37. – С. 186–199.
- 62.Швалб Ю. М. Еколого-психологічні виміри способу життя / Ю. М. Швалб //Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Ін-ту психології ім.Г.С.Костюка НАПН України – К., – Т.7. – Вип.5.– Ч.2. – С. 294-300

Розділ II. Психологічні основи екологічно орієнтованої життєдіяльності особистості

- 2.1. Становлення особистості як суб'єкта життєдіяльності
(Ю. ШВАЛЬ)**
 - 2.2. Термін «життєдіяльність» у публікаціях психологічних
досліджень: історичний аналіз (О. ВЕРНІК)**
 - 2.3. Життєдіяльність особистості як предмет
психологічного дослідження (О. ВЕРНІК)**
 - 2.4. Життєвий шлях і життєдіяльність особистості
(О. ВЕРНІК)**
 - 2.5. Еколого-психологічний зміст поняття
життєдіяльності особистості (О. Рудоміно-Дусятська)**
-

2.1. СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК СУБ'ЄКТА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

У традиції вікової психології, де переважним чином і розглядаються проблеми розвитку, зазвичай обговорюється власне психічний розвиток як певна тотальна цілісність, як якась універсальна категорія, що містить у собі всі можливі складові, як окремий випадок і складову частину загального процесу. У цьому сенсі під категорію психічного розвитку підпадає все – від виникнення первинних сенсорних еталонів, до формування ціннісних орієнтацій, смисложиттєвих відносин, базових переконань або соціальних установок особистості. Такий підхід був досить продуктивним до тих пір, поки основним предметом досліджень були окремі психічні процеси й функції (а самі дослідження будувалися в основному як лабораторний експеримент), що дозволяло конкретно обговорювати частки складові: перцептивний розвиток, розумовий розвиток, розвиток пам'яті, уваги і так далі за всім списком психічних процесів або властивостей. На рівні теоретичних обговорень цей підхід дозволяв розробляти теорії психічного розвитку з побудовою універсальних пояснювальних моделей і описом етапів розвитку. Класичними прикладами таких моделей є теорії Л.С.Виготського, Ж.Піаже, Д.Б.Ельконіна, Е.Еріксона й цілий ряд інших.

Ні у якій мірі не применшуючи значимість отриманих у цьому підході результатів і цінність теоретичних моделей, все ж таки вкажемо на його принципову методологічну обмеженість. За цим підходом, на метафоричному рівні, лежить уявлення про деяке «психічне поле» (або простір), у якому висхідним чином задані певні психічні функції, які за життя людини можуть змінюватися й трансформуватися, але їх набір залишається майже незмінним. Геніальна ідея Л.С.Виготського полягала у

тому, що ці функції можуть вступати у таку взаємодію, яка призводить до психічного розвитку у вигляді виникнення стійких зв'язків і цілих ансамблів, які він дуже точно визначив як «вищі психічні функції [18].

Проте, широке розповсюдження цієї метафори привело до того, що, з одного боку, із психології зникло поняття свідомості – воно стало ідентифікуватися або із загальним простором, у якому здійснюються психічні процеси, або з набором самих цих процесів, а з іншого боку, виявилось неможливим уведення в психологічний категоріальний апарат таких понять, як індивід, суб'єкт, особистість. Так, поняття індивіда було зведено до вказівки на організаційну визначеність (див., наприклад, О.М.Леонтьєв [37]), а індивідуальність людини замінило вбоге поняття «індивідуальних відмінностей». Поняття суб'єкта практично не розроблялося (за винятком робіт С.Л.Рубінштейна [55]) і, у найкращому разі, воно використовувалося в діяльнісному підході для позначення місця людини в структурі діяльності й для його відокремлення від об'єкта й предмета діяльності. А поняття особистості вводилося за аналогією з поняттям свідомості, як сукупність чого-небудь – властивостей, якостей, відносин, потреб, мотивів і т.п. практично нескінченно.

Ця обмеженість підходу неодноразово фіксувалася в самих різних теоріях і дослідженнях, де була показана принципова неможливість побудови теорії розвитку виходячи тільки з ідеї зміни психічних функцій. Укажемо тільки на деякі з них, які, на наш погляд, мають пряме відношення до теми даної роботи.

По-перше, у рамках діяльнісного підходу в дослідженнях В.В.Рєпкіна [54] по формуванню психологічної структури учбової діяльності в молодших школярів було показано, що розвиток здійснюється не за рахунок ускладнення або переструктурування наявних психічних функцій, а через виникнення принципово нових **психологічних здатностей**, таких як: прийняття й постановка навчального завдання;

операційний і рефлексивний контроль; рефлексивна й прогностична оцінка; теоретичне узагальнення й розуміння. Наступні дослідження в цьому напрямку показали, що становлення психологічної структури учбової діяльності безпосередньо не зв'язане ні з молодшим шкільним віком, ні із простим включенням індивіда в ситуації учіння-научіння, а є функцією розв'язку індивідом особливої учбової задачі, яку Д.Б.Ельконін визначив як «задачу на самозмінювання суб'єкта». У наших дослідженнях навчального цілепокладання¹ було показано, що зазначені психологічні здатності формуються як особливі інструменти свідомості², що забезпечують можливість індивіда реалізовувати себе як повноцінного суб'єкта не тільки в конкретному акті учбової діяльності, але й стосовно процесів освіти в цілому. Іншими словами вони забезпечують індивідуальну можливість повноцінного включення в різні ситуації навчання й усвідомлено створювати власний освітній простір як умову саморозвитку.

Таким чином, ці дослідження дають підстави для трактування розвитку як **особливого процесу виникнення (формування) таких психологічних новоутворень, які можна визначити як діяльнісні здатності, що забезпечують становлення й функціонування індивіда як повноцінного суб'єкта різних видів діяльностей у певних сферах соціокультурних практик.** Іншими словами діяльнісні здатності дозволяють індивідові не тільки включатися в конкретні види діяльностей, але й самостійно будувати їх як культурну практику.

Таке розуміння здатностей дозволяє уточнити й поняття суб'єкта діяльності. Бути **суб'єктом** діяльності означає володіння індивідом здатністю **організовувати відповідні ситуації, управляти процесами**

¹ У психологічному плані ми показували, що ці здатності фактично є вищими психологічними функціями організації й керування суб'єктом власними діяльностями, а в просторі свідомості вони утворюють особливу інфраструктуру, яка, поряд з інфраструктурою споглядання, задає (або, точніше, створює) загальну архітектуру самої свідомості

² Дослідження охоплювали не тільки систему формальної освіти (включаючи шкільну, вищу і післядипломну освіту), але й системи неформальної та інформальної освіти.

здійснення цільових конструктів і керувати необхідними змінами в системах діяльності.

Діяльнісний підхід дає змогу визначити загальний психологічний механізм розвитку суб'єктних здатностей особистості, але він не може слугувати граничною рамкою при визначенні особистості як суб'єкта життєдіяльності. Це пов'язане з тим, що у просторі життя особистості конкретні види діяльності не вичерпують базові форми її взаємозв'язків з оточуючим світом. Сьогодні стає все більш очевидним, що психологічне розуміння особистості може бути побудованим тільки через її зв'язок із універсальним світом та життям, що вимагає розробки цілої низки відносно нових психологічних категорій, від образу світу до життєдіяльності особистості. В цьому контексті особистість може бути розглянута як носій життєвих смислів, як суб'єкт власної життєдіяльності і побудови життєвих відносин зі світом людської культури та соціальними системами.

Таким чином ми можемо стверджувати, що побудова особистісно орієнтованої теорії розвитку можливо на шляху аналізу становлення тих психологічних здатностей індивіда, які роблять його суб'єктом власних життєвих відносин. При цьому, можна виділити, принаймні, три сфери відносин, де розвиток індивіда як суб'єкта діяльності й цих відносин є обов'язковим компонентом становлення особистості в цілому. Це сфера соціальних відносин, сфера культурних цінностей, ідеалів і змістів, та сфера власного буття індивіда (див. мал. 2.1.).

У психологічних дослідженнях ці три сфери фіксуються як три напрямки розвитку й становлення особистості, а саме: соціалізація, персоналізація та індивідуалізація. У кожному напрямку розвиток здійснюється за рахунок дії загального механізму – формування спеціальних здатностей у ході розв'язку індивідом особливого класу задач, – а відмінності детерміновані специфікою змісту розв'язуваних задач.

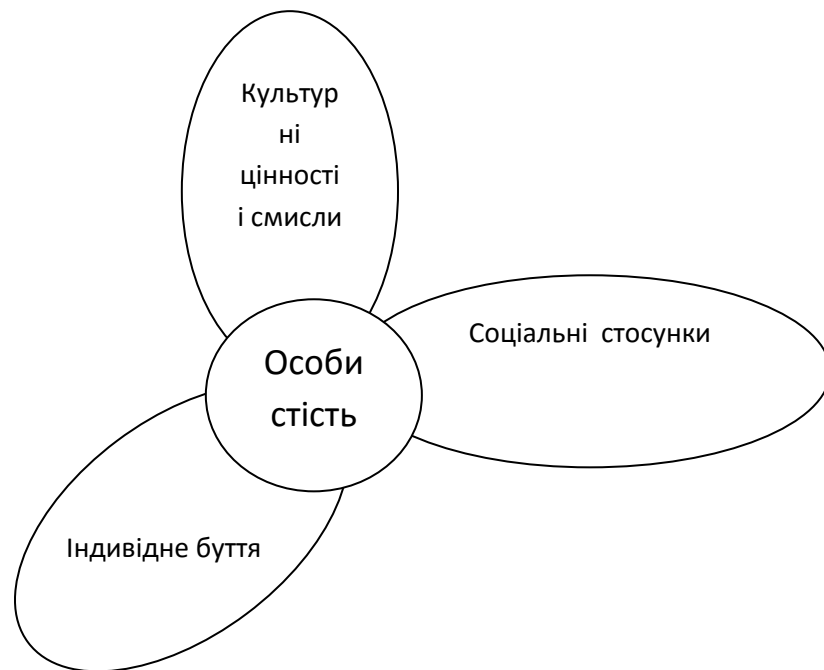


Рис. 2.1. Сфери розвитку й реалізації особистості як суб'єкта життєдіяльності

Розвиток індивіда по цих лініях не збігається, хоча й зв'язані за часом життя, – вони засновані на різних джерелах розвитку й приводять до становлення різних психологічних структур особистості. У цьому плані вони є гетерогенними, гетерохронними й гетерономними процесами, кожний з яких може розглядатися як цілком самостійний вектор розвитку (див. мал. 2.2).

В першу чергу розглянемо процес соціалізації особистості. Традиційно соціалізація розглядається як процес засвоєння індивідом системи соціальних норм і правил, що забезпечує, з одного боку, їх неперервну трансляцію і, з другого боку, успішність включення (чи адаптації) особистості в наявні соціальні групи та відносини. Проте, відповідно запропонованому нами підходу, ми будемо розглядати соціалізацію як процес становлення особистості як суб'єкта соціальної взаємодії.

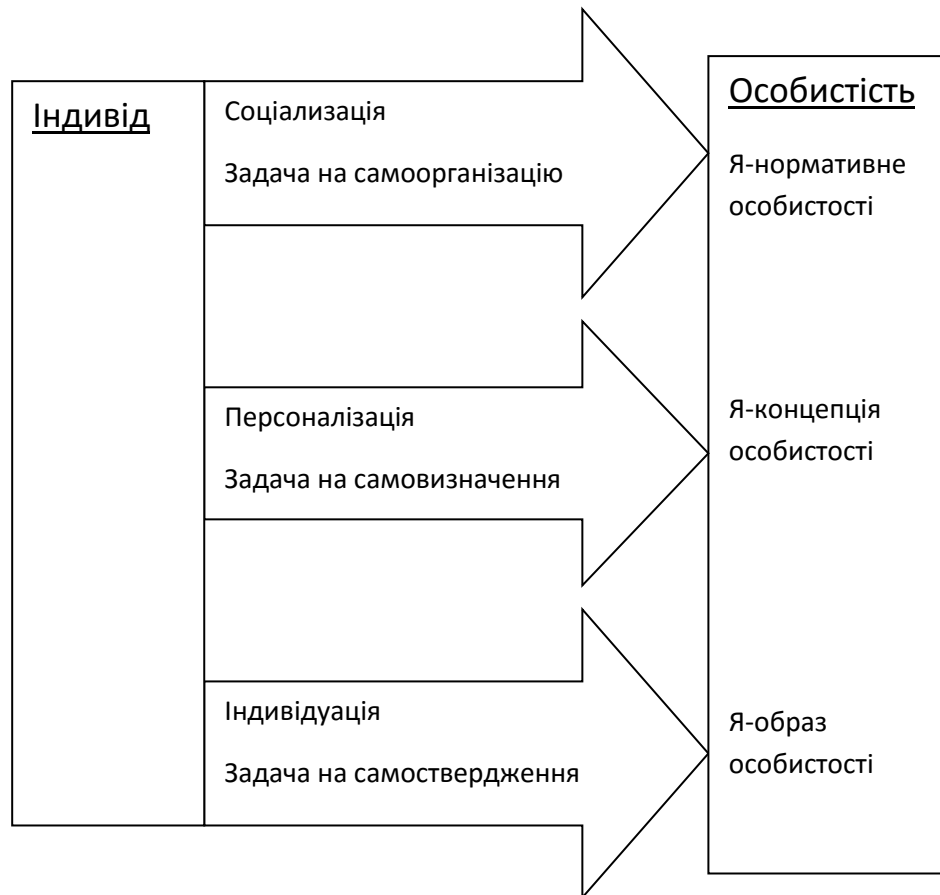


Рис. 2.2. Базові процеси становлення психологічної структури самосвідомості індивіда як суб'єкта життєдіяльності

Конкретизуючи загальне розуміння суб'єкта, ми можемо стверджувати, що **індивід стає суб'єктом соціальних відносин тоді, коли в нього з'являються відповідні соціальні здатності, тобто коли індивід виявляється здатним вирішувати життєво значимі задачі на організацію, управління й керівництво системами власних соціальних взаємодій.**

Звідси випливає ряд важливих положень, які ми зараз просто сформулюємо, бо їх обґрунтування потребує окремої роботи:

1. Здатності є специфічним «функціональним органом» систем соціальної взаємодії індивіда й безпосередньо не пов'язані з його

вродженими фізичними, психофізіологічними або психічними особливостями, які можуть розглядатися тільки як додаткові фактори, що впливають на індивідуальні особливості становлення й здійснення здатностей.

2. Системи соціальних взаємодій представлені індивідові не у своїй системній цілісності, а щоразу як деякий її фрагмент, виражений у вигляді конкретної ситуації, що вимагає певної соціально нормованої дії, тобто у вигляді особливої «задачі на соціальну взаємодію».

3. Стандартні й стійкі для даної спільноти людей завдання на соціальну взаємодію передбачають формування відповідного усталеного базового набору соціальних здатностей і утворюють **базові умови соціалізації індивіда**. Базові умови соціальних взаємодій мають культурно-історичну природу, але в силу крайньої повільності змін, що відбуваються в них, викликають ілюзію «універсальності», «загальності», «вічності» і т.п., що приводить до неправильної думки про вродженість базових соціальних здатностей. Специфічні завдання на соціальну взаємодію, що виникають у різних субкультурних групах соціуму, передбачають становлення спеціальних здатностей в індивідів, що претендують на входження в ці групи, їх створення й відтворення.

4. Можна припустити, що при наявності соціально нормованих правил переходу з однієї соціальної структури в іншу³, то чим складніше (різноманітніше) соціальна структура суспільства, тим вище вимоги до набору соціальних здатностей індивіда й, відповідно, більш складним виявляється процес його соціалізації.

5. Наявність у соціумі нормованої системи переходів індивіда з однієї соціальної структури в іншу, побудовану по віковому принципу, безпосередньо зв'язує процес соціалізації з віковими нормами, що дозволяє

³ Можна привести величезну кількість історичних і культурних прикладів наявності дуже складно організованих суспільств, де кожна структура є повністю «закритою» кастою, без можливості індивідуального перетинання соціальних границь.

ділити його на етапи, що співвідносяться із загальним процесом вікового розвитку або з етапами життєвого шляху особистості.

6. В особистісне центрованій теорії соціалізації цей процес представлений як закономірна частина психологічного розвитку індивіда, що здійснюється в умовах розв'язку їм ситуаційно значимих задач на соціальну взаємодію, яка забезпечує виникнення й удосконалювання соціальних здатностей, а його загальним результатом виявляється становлення індивіда як суб'єкта соціальних відносин і взаємодій.

7. Бути суб'єктом соціальних відносин означає володіння індивідом здатностями:

- організації соціально нормованих групових дій;
- керування процесами розв'язку соціально значимих завдань;
- керівництва змінами в соціальних структурах.

8. Розвиток соціальних здатностей і, відповідно, становлення індивіда як суб'єкта соціальних відносин є пролонгованим процесом, який за часом співвідноситься з усім періодом активної життєдіяльності особистості, носить етапний характер, де на кожному етапі складається специфічна, але обмежена соціальна цілісність суб'єкта⁴.

9. Вищим рівнем розвитку цієї здатності, її втіленням в особистості індивіда, є його здатність установлювати соціально нормативне відношення до самого себе як соціальній істоті, як до суб'єкта соціальних відносин і діяльностей, як носія самої соціальної нормативності. Іншими словами, у розвиненому виді здатність до встановлення соціально нормованих відносин здобуває форму **здатності до нормативної самоорганізації й самоврядуванню**.

Таким чином, соціалізація може бути представленою не у якості універсального механізму трансляції і відтворення соціальних структур і

⁴ У докторській дисертації О.І.Власової [16] на значному експериментальному матеріалі було показано, що становлення соціальних здатностей в онтогенезі є гетерогенним, гетерохронним і гетерономним процесом. Тобто різні здатності і їх структурні складові мають різні джерела становлення, вони виникають і «дозрівають» у різний час і вони не зводяться й не виводяться одна з іншої.

відносин, а як конкретний процес психологічного розвитку індивіда, спрямованого на формування соціальних здатностей особистості. тобто таких здатностей, які дають змогу індивідові ставати суб'єктом побудови власних соціальних структур і вступати у взаємодію з іншими соціальними суб'єктами.

Тепер ми можемо перейти до розгляду наступної складової розвитку особистості. В історії психології ХХ-го століття, у першу чергу, в класичних роботах З.Фрейда [62] через поняття «Его» була введена ідея розвитку й становлення «Я» людини як його самості, у якості особливого напрямку й особливої складової психологічного розвитку індивіда. Із цього погляду всю наступну історію психології метафорично можна розглядати як специфічну «столітню війну» за затвердження особистісного підходу в психології, за затвердження ідеї, що становлення особистості не зводиться до становлення окремих психічних функцій і не виведене з нього⁵.

На сьогоднішній день уже фактично загальновизнаним є той факт, що становлення особистості здійснюється за особливими законами, що не зводяться до законів розвитку психічних функцій, а розбіжності виникають тільки із приводу моделей самого розвитку. Причому, саме поняття особистості зазвичай використовується у двох варіантах: або в гранично широкому тлумаченні, фактично як синонім поняття людини, або в досить вузькому, для визначення специфічної сторони психологічної структури індивіда. Другий підхід нам представляється більш коректним, і надалі ми будемо використовувати поняття особистості як особливої психологічної структури, у якій фіксується усвідомлене «Я» індивіда або навіть у ще більш вузькому трактуванні, як усвідомлена «Я-Концепція» індивіда. У таким трактуванні ідея розвитку або генезису особистості стає цілком конкретним психологічним поняттям, що фіксують **процес становлення**

⁵ Кількість публікацій на цю тему настільки величезна, що нема сенсу виокремлювати будь-які з них.

здатності індивіда до усвідомленого самовизначення через встановлення власних життєвих ідеалів, цінностей і принципів організації життєдіяльності.

Суттєво, що життєві цінності й принципи можуть виникати й складатися стихійно, без їхнього рефлексивного пророблення й усвідомлення, але в цьому випадку, очевидно, треба говорити про дуже низький рівень розвитку особистості індивіда, якими б чудовими не були б ці цінності й принципи. Ще раз підкреслимо, що особистість щоразу виявляється в здатності до усвідомленого встановлення або зміни власних цінностей, ідеалів і принципів життя. Із цього погляду **особистість – це активна сторона самосвідомості, що дозволяє індивідові ставати суб'єктом самого себе або, метафорично виражаючись, ставати суб'єктом «самобудівництва» власної особистості.**

Здійснення себе як особистості передбачає наявність не тільки розгорнутої «Я-Концепції» і здатності до ідентифікації стосовно конкретних обставин життєдіяльності, до затвердження й відстоюванню власного «Я», але й здатності до її проблематизації, до проблематизації власного «Я», здатності до знаходження нових ціннісних підстав власної життєдіяльності. По дуже точному визначенню О.М.Леонтьєва [38] особистість розвивається й здійснюється тільки в процесі розв'язку особливої задачі – задачі на встановлення смислу. Розв'язання задачі на смисл виявляється в конкретному акті самовизначення, коли індивід позиціонує себе не тільки стосовно зовнішньої ситуації, але й стосовно самого себе, по відношенню до власного «Я», затверджуючи або трансформуючи власну «Я-Концепцію». У цьому, власне, і полягає складність і проблематичність самовизначення – не у виборі способу дії стосовно ситуації, а у прийнятті рішення й виборі способу дії стосовно самого себе.

Цілком очевидно, що **становлення особистості**, становлення здатності до самовизначення й зміни власної «Я-Концепції» є не просто тривалим процесом, а **нескінченно поновлюваним процесом протягом усього активного життя індивіда**. Фактично це особливий вектор психологічного розвитку індивіда, де окремі етапи можна виділяти лише умовно, через фіксацію ускладнення тих задач на самовизначення, які виявляється здатним вирішувати індивід у той або інший віковий період життя.

У руслі європейської традиції цей вектор психологічного розвитку можна термінологічно позначити як процес **персоналізації** індивіда. Як ми намагалися показати, вектор персоналізації рядоположен вектору соціалізації, але не збігається з ним, і як процес він має власний зміст і вносить свої специфічні результати в загальну систему психологічного розвитку індивіда.

Однак, у тій же європейській традиції, починаючи з робіт А.Адлера [8], виділяється ще один процес, який можна описати як вектор психологічного розвитку індивіда. Мова йде про процес **індивідуації** індивіда. Той факт, що індивід народжується з деяким набором індивідуально-психологічних властивостей, зовсім не виключає необхідності усвідомленого формування й затвердження власної індивідуальної неповторності. Стихійно складені індивідуальні особливості зовсім не вичерпують процес індивідуації, більше того, вони становлять тільки його природну основу, а не специфічний зміст і результати.

Аналіз численної літератури дозволяє стверджувати, що специфічний зміст індивідуації становлять не індивідуальні властивості і якості, а сукупність «Я-Образів», які є особливим конструктом свідомості індивіда. На відміну від Я-Концепції, яка задає ціннісно-значеннєву визначеність індивіда, Я-Образ виникає як результат специфічного

«опредмечування» індивідних властивостей і якостей, причому, не тільки реальних, але й віртуальних (уявлюваних, придуманих, ідеалізованих і т.п.). Іншими словами, **створення Я-Образу вирішує специфічну задачу на самоствердження в собі наявності певної якості або властивості.** Розв'язок такого завдання передбачає наявність особливої **здатності вирощування в собі власних якостей.** Для того, щоб така здатність могла бути реалізованою, необхідно будь-яку якість опредметити, тобто «покласти перед собою» як особливу предметність, яка підлягає трансформаціям і може мінятися в результаті зусиль самого індивіда.

Ще одна істотна особливість Я-Образу полягає в його одночасній множинності, тобто у свідомості індивіда одночасно «со-присутній» цілий набір образів себе: Я-Реальне і Я-Ідеальне; Я-Минуле – Я-Сьогодення – Я-Майбутнє; Я-Професійне і Я-Повсякденне; Я-Тілесне і Я-Духовне і т.д. Ця множинність відображує нашу здатність до диференційованої оцінки й рефлексії різних сторін і аспектів власних властивостей і особливостей. У психології досить добре вивчені механізми й умови формування самооцінки як відображення у свідомості індивіда тих або інших властивостей і якостей і показана її роль у житті особистості. У цьому плані ключовим завжди було питання про адекватність самооцінки, про ступінь відповідності оцінного судження реальному стану тієї або іншої властивості. Я-Образ, при цьому, виступає в ролі психологічного механізму «складання», інтеграції різних і різноаспектних оцінних і самооцінних суджень у деякий, відносно цілісний конструкт свідомості.

Однак, якщо проблематику Я-Образу перевести із площини обговорення його відображувальної адекватності в площину його функціонування в системі життєдіяльності індивіда, то тут виникає ціла низка питань, які вивчені явно недостатньо. Серед них, на наш погляд, два є ключовими:

По-перше, чи може індивід зайняти активну, діяльнісну позицію стосовно власних властивостей і якостей, зафіксованих у Я-Образі? Іншими словами, чи може індивід бути суб'єктом усвідомленої й цілеспрямованої дії по утвердженню і/або зміні власних якостей?

По-друге, у яких діяльнісних формах Я-Образ проявляється в способі життя індивіда?

Ми вже частково дали відповідь на перше питання, розглядаючи Я-Образ як психологічний механізм самоствердження й «виращування» у собі власних індивідних властивостей і якостей. Додамо до цього тільки одне: для того, щоб індивід зміг стати суб'єктом самозмінювання він повинен мати не тільки здатність до самоствердження, але й здатність до «самозаперечення», тобто здатність проблематизувати власні якості, ставити їх під сумнів і заперечувати їхню суб'єктивну цінність. Просте прагнення до самоствердження в будь-яких ситуаціях (за принципом: «усі повинні приймати мене таким, який я є») є одним із крайніх негативних варіантів індивідуації, заснованому на яскраво вираженому егоцентризмі. Подолання цього «дитячого» егоцентризму, очевидно, лежить в особливій площині здатності до усвідомленої проблематизації й самозміні при збереженні самоідентичності. Нам представляється, що такою психологічною здатністю, що дозволяє одночасно затверджувати власну ідентичність і здійснювати самозмінювання, є воля.

Таким чином, індивідуацію ми можемо розглянути як двоїстий процес: з одного боку, як процес становлення здатності до збереження й затвердженню самоідентичності при наявності усвідомленого прагнення до самозмін, а з іншого – як становлення здатності до самозмінювання при наявності прагнення до збереження й затвердженню самоідентичності.

Запропоноване розуміння суб'єктної сторони індивідуації дозволяє відповісти й на друге питання – про форми її прояву в просторі життєдіяльності індивіда.

Численні експериментальні дослідження індивідуально-типологічних властивостей (тип темпераменту, характеру, установки й т.п.), проведені за останні сто років, переконливо показали, що вони впливають не на кінцеву ефективність діяльності, а на вибір способу діяльності і її темпо-ритмічну організацію. Показане, що такого роду характерні для індивіда особливості здійснення різних діяльностей, виникають і складаються стихійно в міру життя, погано усвідомлюються й не рефлексуються. Однак, уже в дослідженнях Ф. Хоппе [66] був установлений факт наявності цілком усвідомлюваних індивідуально-типових структур, які проявляються в побудові суб'єктивно найкращої і бажаної стратегії досягнення поставленої мети. Причому, ці стратегії стосуються не способів досягнення мети, а способів організації процедур вибору розв'язуваних задач самим суб'єктом діяльності, тобто фактично є стратегіями самоорганізації суб'єкта. У цьому ж ряді постають численні дослідження так званих когнітивних стилів. У них було переконливо показане, що вплив різних індивідуальних властивостей і особливостей на процес розв'язку когнітивних завдань, опосередковано деяким загальним фактором, який і був названий «когнітивний стиль особистості».

Узагальнюючи зазначені й багато інші дослідження, очевидно, можна затверджувати, що специфічним результатом індивідуації, який безпосередньо проявляється як системний фактор в організації й здійсненні індивідом різних діяльностей, є вироблення й затвердження **індивідуального стилю діяльності**. Індивідуальний стиль діяльності є формою суб'єктної (особистісної) інтеграції психологічних особливостей індивіда, що визначає неповторність і унікальність його самореалізації в загальному потоці життєдіяльності, в загальному просторі соціально

детермінованого способу життя. Саме **в побудові стилю діяльності й життя в цілому індивід стає суб'єктом самоствердження й самозміни.**

Таким чином, ми можемо стверджувати, що індивідуація є особливим і необхідним компонентом загального простору психологічного розвитку особистості, де індивід знаходить здатність ставати суб'єктом стосовно власних психологічних властивостей і якостей. У цьому векторі розвитку індивід інтегрує себе самого в «Я-Образі» і одночасно будує його через вольове самоствердження й самозмінювання, виробляючи свій унікальний і неповторний стиль життя.

Тепер можна зробити певні узагальнення та висновки.

1. Принципова подібність механізмів розвитку в кожному векторі і їх інтенційна єдність (становлення здатності індивіда бути суб'єктом життєдіяльності), дозволяє говорити про їхню зв'язність й можливості інтеграції на кожному етапі розвитку. Взаємозв'язок векторів розвитку означає виникнення певного суб'єктивного простору реалізації відповідних здатностей у конкретних ситуаціях діяльності. Так, **взаємозв'язок вектора соціалізації й вектора персоналізації** виявляється у виникненні **простору прийняття рішень** індивідом як суб'єктом життєдіяльності, тому що будь-яке прийняте рішення водночас детерміноване соціальною нормативністю, закладеною в структурі ситуації вибору й усвідомлюваним змістом ситуації. **Взаємозв'язок векторів персоналізації та індивідуації** виявляється у виникненні **простору життєвих цілей і планів**, тому що життєве планування водночас детерміноване, з одного боку, цінностями й ідеалами особистості і, з іншого боку, потребнісно-мотиваційними станами індивіда, усвідомлюваними як компонент Я-Образу особистості,. **Взаємозв'язок векторів соціалізації й індивідуації** виявляється у виникненні **простору способу життя**, тому що ментальні схеми способу життя одночасно детерміновані, з одного боку, прийнятим стилем життя й, з іншого боку,

прийнятими соціальними стандартами рівня і якості життя. Цю систему взаємозв'язків найкраще можна відобразити в трьохвекторній моделі простору життя особистості (див. мал. 2.3).

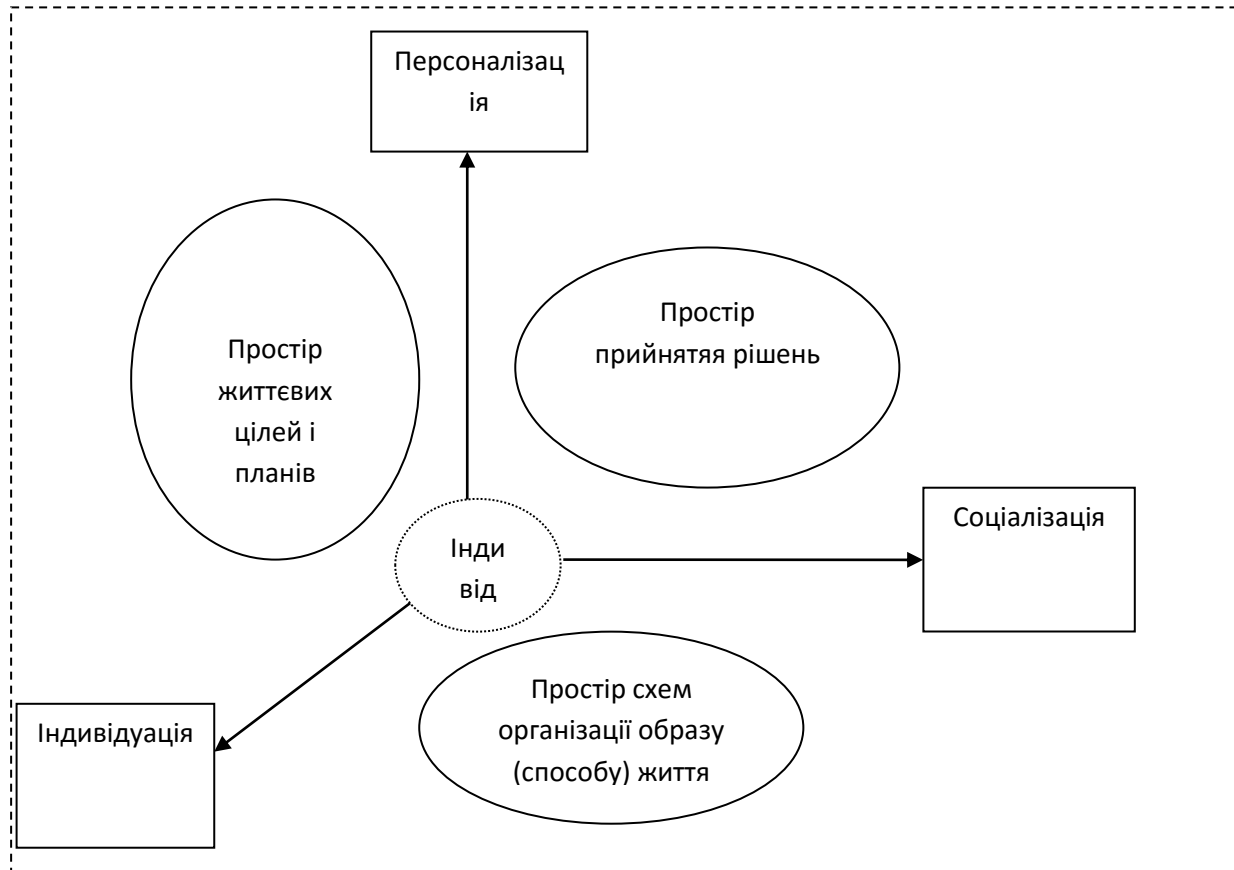


Рис. 2.3. Простір реалізації суб'єктних здатностей індивіда

2. Вектори розвитку не тільки взаємодіють, створюючи зазначені інфраструктури свідомості, але в просторі свідомості індивіда вони інтегруються в цілісний конструкт самосвідомості особистості, який переживається як цілісне «Я» особистості. Таку інтеграцію можна відобразити в тій же тривимірній моделі психологічного розвитку індивіда (див. мал. 2.4).

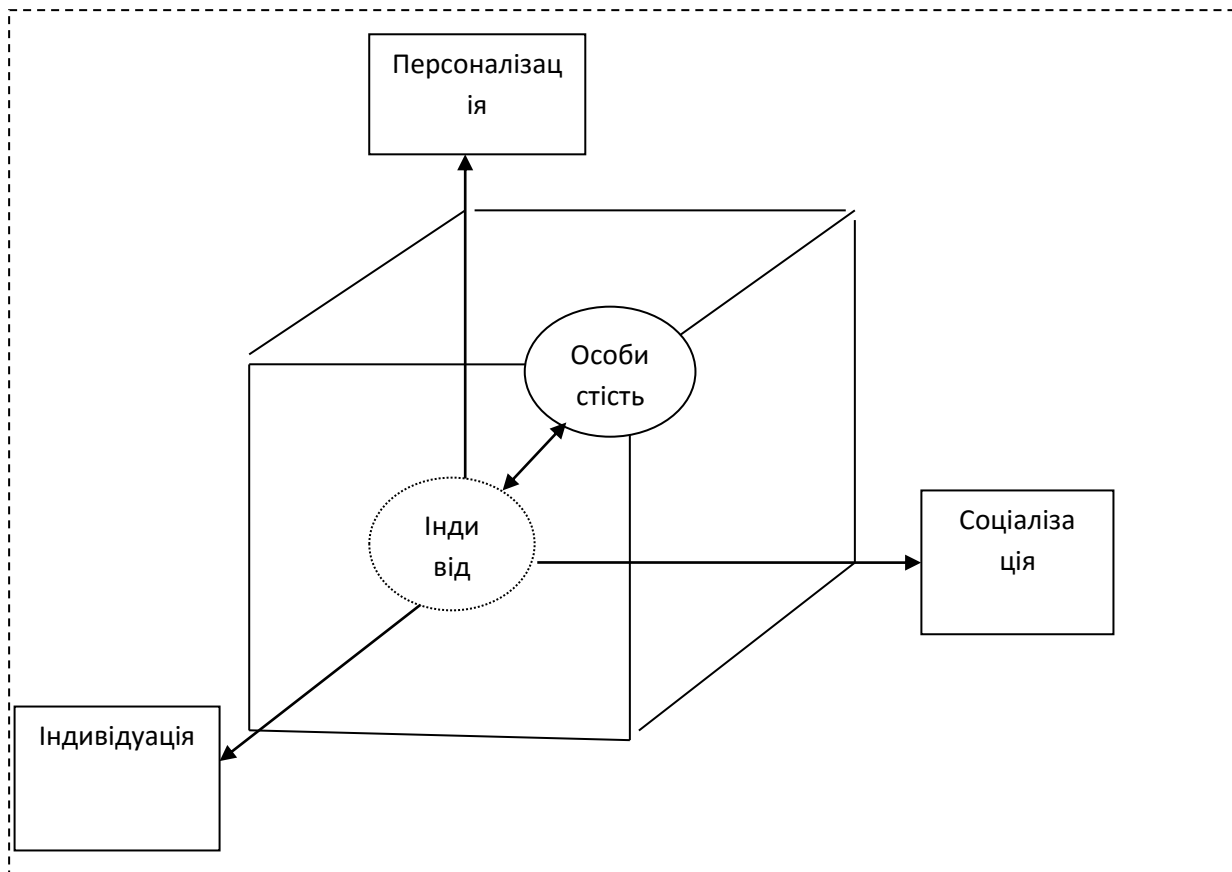


Рис. 2.4. Системно-психологічна модель взаємозв'язку процесів розвитку особистості

3. Вихід за рамки біо-соціального підходу й розробка теорії розвитку індивіда **як суб'єкта життєдіяльності й соціальних відносин** передбачає не тільки зміну вихідної методологічної установки, але й способу моделювання генезису особистості. Розвиток потрібно розглядати як процес ускладнення й розгортання активності самого індивіда, як форму його суб'єктності, у якій і формуються його здатності як психологічні новоутворення. Виникнення нової якості потребує розгортання особливого процесу його інтеграції, «вписування» у наявну систему психологічної регуляція поведінки й діяльності. Таке вбудовування приводить до зміни загальної архітекτονіки психологічної структури особистості, до виникнення нової інтегративної «точки збирання» окремих психологічних функцій у цілісну систему. Таким чином, розвиток особистості, у тому числі і її соціальний розвиток, можна представити як

дія реципрокного механізму диференціації й інтеграції⁶ психологічних функцій і сформованих здатностей. Крім того, можна стверджувати, що на різних етапах онтогенезу особистості превалюють то процес диференціації, то інтеграції, але вони обоє завжди присутні як єдиний механізм.

4. Вищий рівень інтегрованості здатностей індивіда проявляється в їх «обертанні» із зовнішніх об'єктів діяльності на психологічні процеси самого індивіда, тобто коли індивід стає суб'єктом самозмінювання і самоствердження. Очевидно, можна стверджувати, що таке «обертання» і є **провідною функцією самосвідомості** особистості, як вищої інстанції психологічного забезпечення життя й діяльності людини.

Запропонований підхід до розуміння психологічних механізмів і напрямків розвитку особистості як суб'єкта життєдіяльності дозволяє іншим чином розглянути й проблему рушійних сил розвитку. Достатньо очевидно, що вирішувані особистістю життєво значущі задачі (діяльності, спілкування, організації буття тощо) є тільки необхідною умовою розвитку, а власне механізми постановки і прийняття таких задач має знаходитися в іншій психологічній сфері особистості. Традиційно витoki активності індивіда прийнято описувати через категорію мотиву і ми не будемо порушувати цю традицію. Тобто наступний крок нашого аналізу і теоретичної будови стосується **мотиваційних підстав життєдіяльності особистості**.

У психології ХХ-го століття проблема мотивації, по праву займала одне із центральних місць, виступаючи в якості провідного пояснювального принципу людської активності, поведінки й діяльності. У цей період були розроблені основні теорії мотивації, які сьогодні «працюють» як інструмент проведення конкретних психологічних досліджень, а сама проблема відійшла на «другий план» і майже перестала

⁶ Концепцію розвитку як дії диференційно-інтеграційного механізму активно розробляє Н.І.Чуприкова [68].

обговорюватися в науковому дискурсі. Найчастіше в емпіричних дослідженнях використовуються такі параметри аналізу мотивації, як: сила, стійкість, емоційний знак і «місце розташування». Однак більш значимим, на наш погляд, є те, що мотивація виявилася «вписаною» у різні категоріальні контексти. Аналіз літератури дозволяє виділити, принаймні, три таких контекстів, які найчастіше використовуються.

У традиційному природничо-науковому (а точніше – у біологізаторському, організмичному) підході мотивація розглядається як «опредмечена потреба», як психологічна форма конкретизації потреб (у деяких варіантах – нужди) у реальних предметних умовах існування й діяльності. Зв'язок мотивації з потребами представляється настільки очевидним, що він фактично просто постулюється, і зараз загальноприйнятим є вживання термінологічного зв'язування **«потребнісно-мотиваційна сфера»**. Однак, очевидність цього зв'язку правомірна тільки в тій мірі, поки ми обговорюємо конкретні акти поведінки або дії індивіда в конкретних умовах, але якщо ми «збільшимо масштаб» і починаємо обговорювати особистість і/або життєдіяльність, те ця очевидність зникає й виникає ціла низка нерозв'язних питань. Укажемо тільки на два моменти, які дозволяють взяти під сумнів зазначене поняттєве зв'язування. По-перше, немає переконливих експериментальних досліджень, де з достатнім ступенем валідності був би розмежований стан потреби і мотивація, та показаний перехід одного в інше. Підтвердження шукають у повсякденних прикладах з угамуванням спраги або голоду (у крайніх варіантах – в описі фактів, коли людину доводять до тваринного стану). По-друге, зовсім не очевидним є перехід від рівня органічних потреб до рівня особистісних потреб. А. Маслоу [47] вирішував цю проблему за рахунок додання статусу «природних» вищим потребам особистості, а С. Д. Максименко – за рахунок переведенню поняття потреби з біологічної площини в соціокультурну [43].

У культурологічному підході, який також є цілком традиційним для психології, у якості загального контексту аналізу проблем мотивації береться категоріальна рамка «цінностей». Незважаючи на досить велику різноманітність у розумінні культури, загальновизнаним вважається той факт, що сутність людини лежить не в його біологічній тілесності, а в його прилученні й включеності у світ культури, який виражений у формі цінностей. Психологічні теорії вказують на те, що існує особливий механізм «присвоєння» культурних цінностей, який в індивідуальній або груповій свідомості фіксується в конструктах «ідеального», «должного», «прекрасного» і т.п., які, власне, і задають мотиваційну спрямованість діяльності індивіда. На понятійному рівні цей зв'язок цінностей і мотивів фіксується в конструкті **«ціннісно-мотиваційна сфера»** особистості. Мотиваційна складова описується у термінах «спрямованість», «ціннісні орієнтації», а Н.І. Непомняща ввела особливий термін «ціннісність» [48], щоб підкреслити їх суб'єктну приналежність. Основна методологічна проблема цього підходу полягає в тому, що на рівні конкретного психологічного дослідження ми змушені цінності так чи інакше опредметити, а при цій процедурі вони втрачають свою «ідеальність» («духовність») і перетворюються в предмети задоволення потреб. Типовим прикладом такої трансформації може служити відома методика М.Рокича. Треба відзначити, що в останні роки постійно здійснюються спроби подолання цього протиріччя й розробляються нові моделі, прикладом чого може бути концепція Ш. Шварца.

В особистісному підході поняття мотивації вводиться через протиставлення зовнішніх стимулів і внутрішніх мотивів. Їх диференціювання й інтеграція відбувається через зв'язування з поняттям «сенсу» (чи особистісного смислу), яке відкриває індивідові його відношення до власних дій, учинків, переживань тощо. Якщо мотивація вказує індивідові на бажану предметність, то смисл указує місце, значення

цієї предметності (або самого бажання, узятото як предметність) у системі життєдіяльності особистості – у структурі діяльності, в ієрархії цінностей, у системі моральних установок, у наявній соціальній ситуації, у русі до щастя або до власної смерті. На понятійному рівні цей зв'язок мотивів і відносин фіксується в конструкті **«мотиваційно-сміслова сфера»** особистості. Основні теоретичні труднощі цього підходу полягають, на наш погляд, у нескінченній мінливості й плинності самих смислів, що робить їх практично невлівимими в традиційному психологічному дослідженні.

Безумовно, існують і інші підходи до проблеми мотивації, але нам важливо було показати, що за останні кілька десятиліть суттєво змінилася методологія психологічного дослідження й опису мотивації. Мотивація сьогодні розглядається не стільки в логіці виділення окремих предметів психологічного дослідження, скільки в логіці виявлення й конструювання цілісних сфер функціонування психічного.

Завершуючи цю коротку оглядово аналітичну частину, треба вказати на два принципово важливі моменти. По-перше, включення проблеми мотивації в різні психологічні контексти привело до того, що ми фактично маємо, як мінімум, три різні поняття під одним терміном «мотивація». Таке положення, загалом, є цілком нормальним для будь-якої науки, просто треба розуміти, що понятійні розмежування вимагають і відповідного термінологічного закріплення. По-друге, уже відбулося специфічний зсув «масштабу» психологічного дослідження від окремих і конкретних актів поведінки або дії до якихось більших та цілісних життєвих феноменів.

На понятійному рівні цей зсув зафіксоване як предикація вже добре відомих об'єктних конструктів, указуючи на їхній граничний рамковий зміст. До таких понять можна віднести:

- життєвий шлях особистості, який розглядається як суб'єктивна картина значущих подій і протиставляється біографії індивіда;
- життєва перспектива, яка фіксує програми й проекти змін і протиставляється прогнозуванню й плануванню;
- життєвий досвід, який фіксує особливості дій людину в значимих ситуаціях і протиставляється вмінням і навичкам;
- життєва ситуація (складна життєва ситуація), яка зв'язується з можливостями розв'язку значимих завдань і протиставляється опису умов і факторів дії;
- життєва криза, який описує втрату значущих ціннісних орієнтацій (змістів) і протиставляється поняттю нормативних криз розвитку.

Цей список можна розширити й, напевно, якось структурувати, але нам важливо було показати наявність істотних змін у понятійному апараті психології. У зв'язку із цим укажемо тільки на один важливий момент – у цьому категоріальному ряді практично не залишається місця для поняття мотиву й мотивації. Дійсно, неможливо обговорювати, а тим більше досліджувати, мотивацію життєвої кризи, мотивацію життєвої ситуації, мотивацію життєвого досвіду і т.д., проте можна досліджувати спонукальну функцію життєвої кризи, мотиваційну структуру життєвої ситуації, смислову організацію життєвого досвіду тощо.

Буквально на наших очах (і нашими зусиллями) відбувається ще один зсув масштабу психологічних досліджень, де в якості об'єкта й базової категорії береться «життя» яка через предикацію знаходить понятійну (змістовну) наповненість. До такого роду понять можна віднести:

- сенс життя, який розкриває його суб'єктивну необхідність і протиставляється всім частковим видам смислів – ситуативному, діяльнісному, особистісному тощо;

- спосіб життя, який фіксує наявність базових ментальних схем організації життєдіяльності і протиставляється всім частковим видам знаннєвих (когнітивних) конструктів, незалежно від ступеню їх узагальненості;

- стиль життя, який задає індивідуальну цілісність і неповторність реалізації діяльностей і протиставляється всім частковим видам опису усталених форм ставлення індивіда до себе й навколишнього середовища – мода, звичка, стереотип, установка й т.п.;

- ціль життя, який фіксує уявлення про вершинну точку діяльного життя й протиставляється будь-яким частковим результатам або продуктам діяльностей;

- почуття життя, яке фіксує відчуття (переживання) «щільності», «наповненості» буття й протиставляється ситуативним емоціям і переживанням.

Утвердження життя як об'єкта й, відповідно, базової категорії психології стикається з істотними труднощами, зв'язаними не тільки з очевидною недостатньою розробленістю понятійного апарату, але й відсутністю методичного інструментарію, який дозволив би фіксувати й досліджувати відповідні факти на емпіричному рівні.

Вертаючись до проблеми мотивації, ми можемо стверджувати, що на рівні життя й життєдіяльності особистості необхідно розглядати принципово різні типи (або види) **мотиваторів**, які неможливо звести до єдиного поняття мотивації, прийнятому в класичній психології⁷.

Проведений із цього погляду аналіз мотиваційної структури життєдіяльності дозволяє виділити два базові параметри, на підставі яких, як нам представляється, можна будувати типологію мотиваторів.

Перший параметр задається **джерелом активності особистості**, який можна представити як біполярну вісь, де:

⁷ Поняття мотиву, мабуть, може бути застосованим до цілісності життя тільки у вигляді художньо-музичної метафори, як «лейтмотив всього життя».

- один полюс утворюють усілякі **предметності**, які так чи інакше задовольняють потреби індивіда, тобто як потребнісні стани особи, виражені в опредмечених бажаннях і хотіннях,

- другий полюс утворюють **особистісні інтенції**, виражені в мріях, проектах, життєвих принципах і базових ідеях, що розкривають суб'єктові потенційне значення майбутньої життєдіяльності.

Другий параметр задається **формою представленості мотиваторів у свідомості** індивідів. Його також можна представити як біполярну вісь, де:

- один полюс утворюють усілякі **приписи**, виражені в прийнятих індивідом соціальних установках і очікуваннях, нормах і правилах організації життя,

- другий полюс утворює **особистісна спонтанність**, виражена в інтересах і пристрастях особистості.

Утворення цієї системи як особистісної цілісності здійснюється, на наш погляд, за рахунок дії особливого психологічного механізму, який можна позначити як **прагнення до ствердження самоідентичності особистості**. На рівні повсякденної свідомості воно виражається у формулі: «Я прагну бути таким, який я є» (або «Приймайте мене таким, яким я є»), а на рівні життєдіяльності у твердженні необхідності «Знайти себе й прямувати до себе» (див. рис. 2.5).

Таким чином, ми вважаємо, що у масштабі життєдіяльності системотвірним мотиватором виступає прагнення до самоідентичності, що, власне, й робить особистість суб'єктом її здійснення. Як відомо, самоідентичність є водночас і стійким особистісним утворенням, вираженим у Я-концепції, і динамічним конструктом, який детермінує змінювання самої особистості. Вона утворюється протягом життя та може змінюватися за рахунок двох психологічних механізмів: чи шляхом стихійного накопичення особистісних змін, що усвідомлюється рефлексивно пост-фактум, чи шляхом самопроектування, через бажання

«стати іншим». Суб'єктивне утвердження самоідентичності у кожному конкретному акті життєдіяльності також може здійснюватися двома шляхами: чи шляхом відстоювання наявної структури Я-концепції, чи шляхом прийняття нових власних ідентичностей.

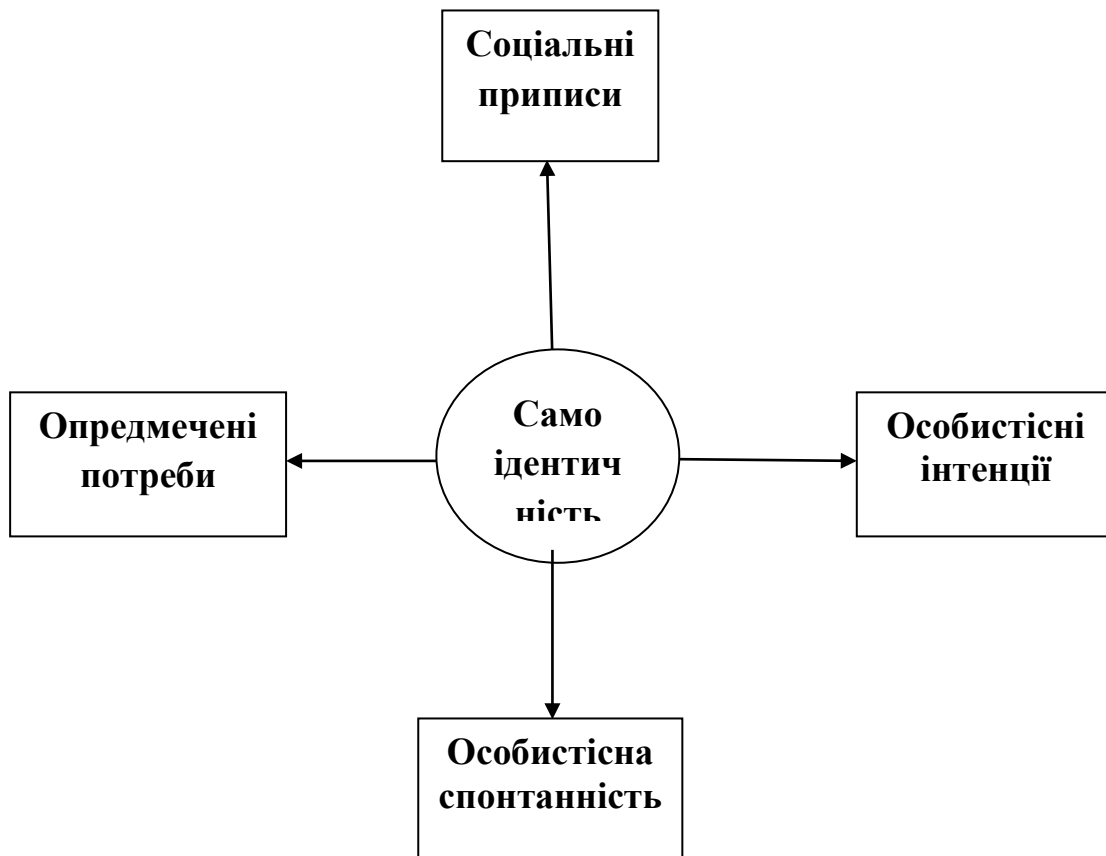


Рис. 2.5. Модель структури мотиваторів у просторі життєдіяльності особистості

Хоча проблема самоідентичності особистості є дуже складною і недостатньо вивченою у сучасній психології, ми можемо стверджувати доволі просту тезу: на рівні життєдіяльності особистості доводиться кожного разу знаходити і утверджувати власну ідентичність, тобто вирішувати особливу **задачу на самоідентичність**. Гіпотетично вирішення такої задачі є парним утворенням до вирішення «задачі на смисл»: якщо задача на смисл розкриває місце суб'єкта у системах життєвих відносин, то

задача на самоідентичність розкриває суб'єкту місце відносин у структурі його особистості.

Інакше кажучи, задача на самоідентичність сама по собі не є мотиватором, але її вирішення дозволяє особистості **становитися суб'єктом вибору власних життєвих мотивів і набувати свободу відносно зовнішніх спонук життєвих обставин.**

Запропонована модель є не тільки досить евристичною для розробки нових дослідницьких програм, але й гарним інструментом для цілого ряду психологічних практик, спрямованих на підтримку й розвиток особистості. Зокрема вона виявилась досить ефективною при роботі з людьми у складних життєвих обставинах та ситуаціях невизначеності – з біженцями й переселенцями, з людьми, що зазнали горе втрат та іншими категоріями клієнтів психологічної та соціальної допомоги.

2.2. ТЕРМІН «ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ» У ПУБЛІКАЦІЯХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ: ІСТОРИЧНИЙ АНАЛІЗ

В психологічних дослідженнях останніх десятиліть в контексті опису тих чи інших феноменів став часто використовуватися термін «життєдіяльність». Разом з тим в результаті аналізу подібних досліджень було виявлено, що, по-перше, його конкретне визначення відсутнє. По-друге, в різних дослідженнях він використовується в близьких, але принципово різних значеннях.

Подібною виявилася ситуація і в сфері філософських проблем. Виявилось, що поняття життєдіяльності не було концептуальним, тому його зміст залишався не уточненим [30]. Проте, переважно в літературі радянської школи, життєдіяльність розглядається в контексті розробок К. Маркса, який використовував дане поняття у зв'язку з проблемою виділення специфіки людського існування, яка ставила собі діяльнісної інтерпретацією [45]. Відповідно і життєдіяльність ототожнювалася з формами, структурою і видами соціального життя.

В такому аспекті життєдіяльність розуміють як обумовлену історичним характером матеріального виробництва сукупну діяльність соціального суб'єкта, а її структура описується за допомогою категорій «матеріально-практична, духовно-практична і духовно-теоретична діяльність», «матеріальне і духовне виробництво» [22, с. 9]. Тут же розглядаються і "суб'єкт-об'єктні" відносини спрямовані на активне в основному практичне перетворення середовища існування як парадигмальні в системі «Людина-Світ».

Разом з тим, в світлі глобальної екологічної кризи робиться спроба переосмислити поняття життєдіяльності в руслі робіт А. Швейцера,

В. Вернадського, П. Тейяра-де-Шардена, в яких вона розуміється в екобіологічному сенсі, як активність живого пов'язана з підтримкою і розвитком життя через використання ресурсів середовища, як частини екосистеми. Слід зазначити, що на біологічному рівні життєдіяльність розглядається як активність індивіда, спрямована на підтримку і розвиток життя виду в біоценозі (біогеоценозах).

Філософська рефлексія людини як суб'єкта життєдіяльності не редукується ні до «божої тварі», ні до «природної суті», ні до «суспільної тварини», але представляє, за словами М. Кагана [29] особливий, найбільш складний вид буття. Він охоплює відносини людини і з природою, і з суспільством, і з створеним його фантазією божеством, і його подвійні відносини з самим собою – як з «іншим» і як з власним «іншим Я».

Розуміння людини як унікальної біо-соціокультурної системи в її цілісному бутті дозволяє зосередитися на розгляді «родової» проблеми – відносинах людини і світу. При цьому сам «світ» розуміється філософом як середовище – природне, соціальне і культурне, в якому людина живе, функціонує, історично розвивається, бо знаходиться з нею в двосторонніх креативних відносинах «прямого і зворотного зв'язку».

Слід зазначити, що в англomовних філософських і психологічних дослідженнях не існує однозначної семантичної відповідності як з поняттям «діяльність», так і «життєдіяльність». І, якщо в першому випадку відповідність з терміном «activity» («activity theory») хоча й викликає певні зауваження, але вважається загальноприйнятим, то в другому – залежно від вищевказаних контекстів використовуються терміни «individual livelihoods», «everyday life», «daily life», «human activity», «life activity», «social activity», «vital activity», «vitality» тощо. Дана «термінологічна варіативність» істотно ускладнює аналіз англomовного поля досліджень нашої проблематики.

Аналіз наукових публікацій з проблеми життєдіяльності за 1980-1999 роки

В небагатьох працях останніх років, присвячених проблемі життєдіяльності у психологічній науці (насамперед, Д. Карпінський), серед іншого стверджується, що її актуалізація у психології припала на середину 1990-х років. Зокрема, це було пов'язано з підняттям на поверхню низки соціальних, економічних, політичних і світоглядних проблем у зв'язку з екологічними лихами (аварія на ЧАЕС), різкою зміною соціально-політичного устрою, геополітичними змінами, трансформацією суспільно-культурних складових тощо. В центрі уваги психологів опинилася методологічна проблема онтологізації знання, або яким чином використовувати наявні напрацювання і дані, як організовувати дослідження в подальшому, щоб їх результати були релевантні «реальному» життю людини. Однією з відповідей наукової спільноти на даний запит стала поява досліджень «реальної життєдіяльності» людини. Дана теза підкріплюється наявними публікаціями середини 1990-х років.

Такі публікації є необхідними умовами в обґрунтуванні, але не достатніми. То ж ми задалися питанням: якщо інтерес до проблеми у вітчизняній психології виник у середині 1990-х років, то дана ситуація повинна бути відображена у наукових публікаціях, насамперед у вигляді появи або суттєвого збільшення публікацій результатів психологічних досліджень, предметом яких була б життєдіяльність або, щонайменше, в них збільшувалося б використання терміну «життєдіяльність», порівняно з попередніми роками.

Метою нашого дослідження було з'ясування ситуації з актуалізованістю проблеми життєдіяльності в полі вітчизняного психологічного дослідження минулих років.

Для досягнення мети було поставлене завдання здійснити кількісний і якісний аналіз використання терміну «життєдіяльність» у публікаціях

науково-психологічних досліджень минулих років. Основним джерелом даних нами було взято науковий журнал «Вопросы психологии». В обґрунтування нашого вибору ми наведемо такі міркування.

(1). Даний журнал був одним з двох головних науково-психологічних майданчиків колишнього СРСР⁸. Він був заснований в 1955 р Академією педагогічних наук РРФСР (нині Російська Академія освіти), до 1977 р був єдиним науковим періодичним психологічним виданням у СРСР. До редколегії журналу у різні часи входили найвидатніші психологи, серед яких О. Леонтєв, С. Рубінштейн, Б. Теплов, О. Смірнов й ін. Таким чином, у ньому, по-перше, відображалися основні тенденції розвитку тодішньої радянської психологічної науки, й, по-друге, якість публікацій була однією з найвищих.

(2). У даному журналі відображалися публікації найкращих українських психологів – майже у кожному номері було 1-3 публікації. Наприклад, у 1980-х роках там публікувалися Г. Балл, Л. Бурлачук, В. Войтко, З. Гільбух, С. Максименко, В. Моляко, Г. Середа й ін. Звідси можна вважати, що ключові напрями саме українських науково-психологічних досліджень були представлені.

(3). Журнал «Вопросы психологии» являє собою відкритий Інтернет ресурс, а усі номери з 1980 до 1997 року викладені у повному обсязі (<http://www.voppsy.ru/frame25.htm>), що значно полегшує кількісно-частотний і якісно контекстний аналіз.

Організація і методика дослідження.

Дослідження було організовано у декілька етапів. На першому, ми фіксували використання терміну «життєдіяльність» у текстах публікацій без аналізу його контексту. Результати виписували у таблицю з такою структурою:

⁸ Разом з «Психологічним журналом»

| Автор | Рік видання | Номер видання | Кількість разів зустрічається у тексті |
|-------|-------------|---------------|--|
|-------|-------------|---------------|--|

Причому, назву публікації ми не враховували, оскільки автор, номер і рік видання однозначно визначають таку публікацію.

В результаті було відібрано 353 наукові статті, опублікованих з 1980 до 1999 року, в яких хоча б один раз було використано термін «життєдіяльність». Усього за даний період ми нарахували 2163⁹ публікації. Тобто термін досліджуваного поняття зустрічався майже у 16% опублікованих праць.

Чітко усвідомлюючи, що термін «життєдіяльність» є широко вживаним у повсякденній лексиці, ми розуміли – далеко не кожне його використання несе із собою змістовно психологічне навантаження. Часто-густо ним як синонімом заміщують поняття «діяльність», «життя», «спосіб життя», «активність» і т. і., позначаючи певні загальнокультурні конструкти. Для корекції ситуації ми керувались такими міркуваннями – чим більша частота появи терміну в одній публікації, тим менша випадковість його застосування. Тому з подальшого аналізу ми вилучали публікації, в яких термін «життєдіяльність» використовувався 1 раз.

На другому етапі ми підсумовували кількість відібраних публікацій за роками з метою подальшого порівняльного аналізу. Згідно нашої гіпотези, кількість, точніше середньорічний відсоток відповідних публікацій до середини 1990-х років мав би бути суттєво нижчим за більш пізній період.

Паралельно з цим ми складали формальний перелік авторів, підраховуючи частоту появи терміну в їхніх працях. Метою даної дії було виявлення тих науковців, які тим чи іншим чином включали поняття

⁹ Дане число не є однозначним, оскільки серед публікацій ми не враховували ті, що потрапили у рубрик «Наші ювіляри», а також більшість з рубрик «Критика і бібліографія», «Наукове життя», за причин їх невеликого обсягу і вторинності по відношенню до першоджерел.

«життєдіяльність» у власні психологічні моделі. При цьому тут також виникли певні складнощі. З одного боку, чим вища частота використання, тим більш ймовірно, що автор застосовує термін не випадково. Проте, кількість публікацій в різних авторів – суттєво різниться. Наприклад, в публікаціях 1990-х років частота використання в І. Якіманської – 8, й значно перевищує частоту в І. Кряж – 3. Проте, у в останньої лише одна публікація, тоді як в іншому випадку – 5. Тож, варто вводити показник середньої кількості в одній публікації. З іншого боку, якщо автор стабільно використовує термін життєдіяльність в багатьох публікаціях, це також може засвідчувати не випадковість. Зокрема, М. Ярошевський за досліджуваний період має 6 публікацій, в яких 13 разів зустрічається наш термін.

В результаті описаних вище дій ми відібрали науковців, в яких середній показник частоти на одну публікацію перевищував 3, до якого також долучили тих науковців, з меншим показником, в яких загальна частота була значною, що засвідчувало про стабільне з публікації в публікацію використання досліджуваного поняття, тобто в яких був відображений його психологічний зміст. Тож третій етап полягав вже у змістовному аналізі. Загальна кількість таких авторів склала 60 з 290 або майже 21%.

На наступному етапі ми почали опрацьовувати психологічно змістовне наповнення поняття в працях виділених авторів. Підсумком даного етапу стало виділення різних психологічних і соціально-психологічних контекстів життєдіяльності та їх групування, яке дало змогу означити різні сторони феномену.

Опис результатів дослідження.

Найперше, на що ми звернули увагу після введення даних, були конкретні публікації з максимальною частотою появи терміну

«життєдіяльність». Нижче подано дані про статті, в яких даний показник становив не менше 8¹⁰ (див. табл. 2.1).

Таблиця 2.1.

**Публікації з найвищою частотою використання терміну
«життєдіяльність»**

| № | Прізвище | Назва статті | Рік | Номер | Частота |
|----|--------------------------|--|------|-------|---------|
| 1. | Слободчиков В. | Психологические проблемы становления внутреннего мира человека | 1986 | 6 | 21 |
| 2. | Коссов Б. | Личность: актуальные проблемы системного подхода | 1997 | 6 | 19 |
| 3. | Логинова Н. | Жизненный путь человека как проблема психологии | 1985 | 1 | 17 |
| 4. | Коссов Б. | Психологические проблемы трудового воспитания и профориентации | 1984 | 6 | 13 |
| 5. | Кондратов Р. | Теоретические вопросы психического развития индивида в исследованиях И. А. Соколянского и А. И. Мещерякова | 1982 | 2 | 12 |
| 6. | Леонтьев Д. | Личность: человек в мире и мир в человеке | 1989 | 3 | 11 |
| 7. | Коссов Б. | Обобщенность содержания высшего образования как фактор его развития (личностно-развивающее образование) | 1995 | 6 | 10 |
| 8. | Иванова Т | Изучение этнических стереотипов с помощью проективных рисунков | 1998 | 2 | 9 |
| 9. | Исаев Е., Слободчиков В. | Антропологический принцип в психологии развития | 1998 | 6 | 9 |

¹⁰ Дана кількість була граничним значенням суми середнього (2,22) і подвоєної дисперсії (4,86)

| № | Прізвище | Назва статті | Рік | Номер | Частота |
|-----|-------------|--|------|-------|---------|
| 10. | Федотова Я. | Глава семьи: мотивы признания | 1983 | 5 | 8 |
| 11. | Осницкий А. | Проблемы исследования субъектной активности | 1996 | 1 | 8 |
| 12. | Хотинец В. | Формирование этнического самосознания студентов в процессе обучения в вузе | 1998 | 3 | 8 |

Вже з даного переліку видно, що як мінімум формально проблема життєдіяльності буда актуальна у психологічному дослідженні не тільки з середини 1990-х років, але й раніше. Першою і третьою йдуть публікації середини 1980-х років. Відкладаючи змістовний аналіз, варто відзначити

Наступною частиною формальної складової нашого аналізу є частотний розподіл появи терміну «життєдіяльність» за роками видання журналу (див. рис. 2.6).

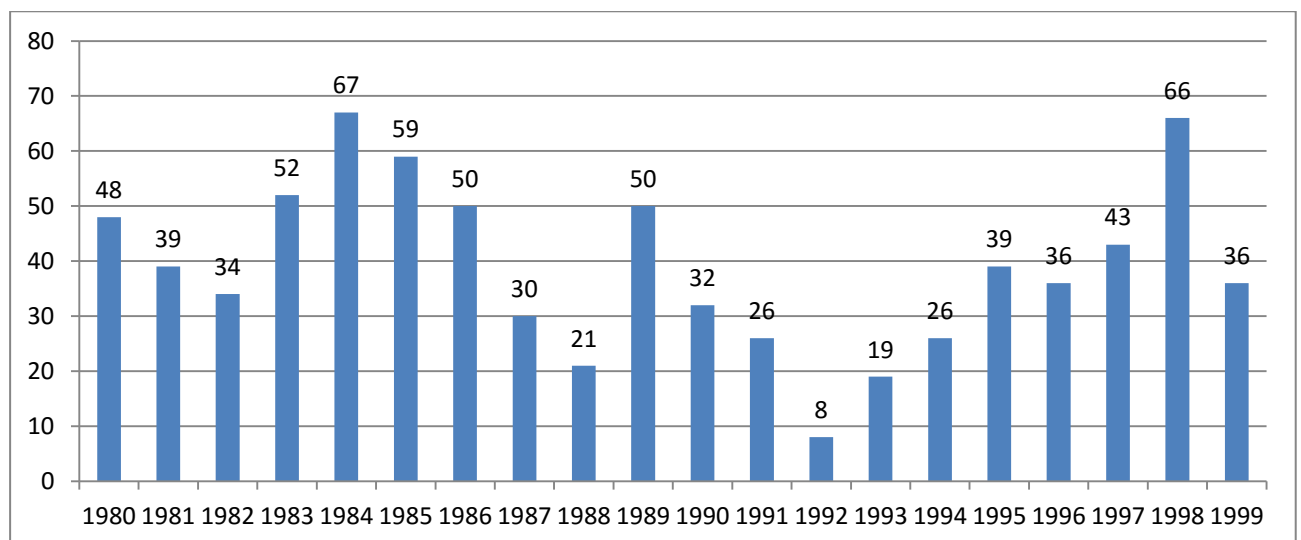


Рис. 2.6. Частота появи терміну "життєдіяльність" за роками видання журналу «Вопросы психологии»

На малюнку чітко видно певну циклічність зацікавленості психологів — дослідників даною проблематикою. З 1980 року інтерес до проблеми спадає й перша «яма» відповідає 1982 року. У наступні два-три роки відбувалося суттєве зростання зацікавленості. Саме на 1984-1985 роки припадає перший й максимальний пік. У 1988 році знов маємо мінімум

цікавості, яка у 1989 більш ніж у двічі зростає. Нарешті, найгіршою ситуація стає у 1992-1993 роках. Нагадаймо, що це був найскладніший період розбудови країн пострадянської доби. Саме у 1992 році виходить лише три замість шістьох випусків, а обсяг другого (№ 3-4) нараховував лише 7 й третього (№ 5-6) – 9 статей. Після цього зацікавленість поступово знов починає зростати, причому порівняно з 1992 – у 1995 майже у п'ять разів, а з 1998 роком – більш ніж у 8. Проте, у 1999 році знов центр уваги зміщується від психологічних проблем життєдіяльності¹¹.

Варто враховувати факт нерівномірного протягом 20 років обсягу журнальних випусків, тобто від випуску до випуску кількість статей у журналі варіювалася. Зокрема, у 1983 року випуск № 6 нараховував 17 авторських публікацій, у 1984 випуск № 5 – 27, а у 1996 випуск № 1 – 12. Тому для більш коректного порівняння даних ми ввели два відносних показники: 1) доля публікацій, в яких наявний термін «життєдіяльність», і 2) доля публікацій, в яких даний термін використовується не випадково, тобто зустрічається не менше двох разів.

Розподіл даних показників представлено на рис. 2.7.

У наданих результатах звертає на себе увагу декілька моментів. По-перше, показник невідповідного застосування терміну «життєдіяльність» майже повторює траєкторію абсолютної частоти його появи. По-друге, показник його наявності має суттєво іншу траєкторію – у нього менші коливання, й можна констатувати більш-менш чітку тенденцію до зростання у 1990-х роках. Таким чином можна констатувати певне підтвердження тези, сформульованої на початку.

¹¹ В якості гіпотези, що могла б пояснити дану ситуацію можна припустити існування зв'язку наукових інтересів з соціально-економічною ситуацією у країні – у ситуації виживання життєдіяльністю у психологічному сенсі цікавляться значно менше. Так, у 1982 році після тривалої хвороби помер лідер СРСР Л.І. Брежнєв, що зумовило певну економічну кризу у країні; 1988 рік – «розквіт» т.з. «перебудови»; закінчення 1991 року – розпад СРСР, руйнація економіки, інфляція й т.і., а восени 1998 року – «дефолт», різкий інфляційний стрибок й пов'язане з цим різке погіршення майже здорової економічної ситуації у країнах пострадянського простору.



Рис. 2.7. Розподіл відносних показників частоти використання терміну «життєдіяльність» у публікаціях журналу «Вопросы психологии»

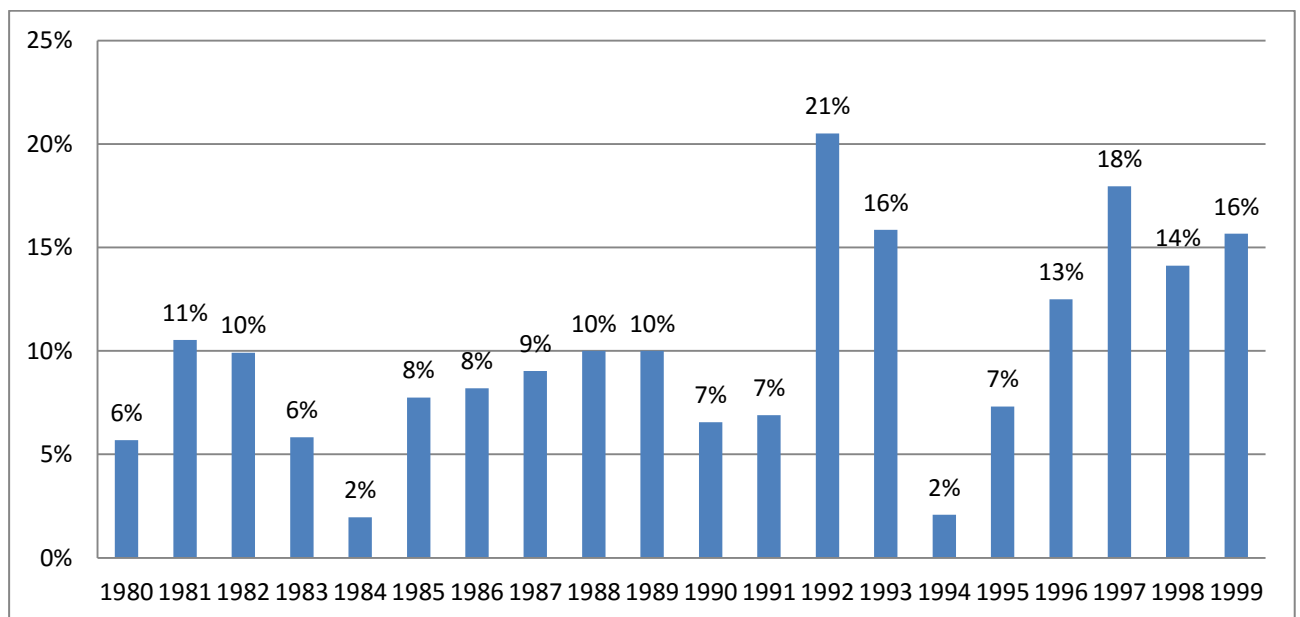


Рис. 2.8. % різниці показників частоти використання терміну «життєдіяльність» у публікаціях журналу «Вопросы психологии»

Найбільша різниця між показниками становила у 1992-1993 роках, найменша – у 1984 і 1994. Наприкінці 1990-х розрив знову суттєво збільшується.

Проте, зміст даного показника більше відповідає повсякденній чи загальнокультурній вжитковій популярності, ніж науково-психологічному інтересу. По-третє, у зв'язку з вказаним особливий інтерес складає різниця між першим і другим показниками. Її збільшення може засвідчувати про розрив між суспільним запитом щодо питання й науково-психологічною рефлексією спільноти дослідників (рис. 2.8).

Наступним завданням було виявлення тих авторів, у публікаціях яких шуканий термін використовується складовою (можливо, однією з центральних) теоретичного концепту описуваних ними досліджень. Ми припускаємо, існує пряма залежність між частотою використання терміну і значущістю відповідного поняття у наукових побудовах дослідника.

За описаних вище причин ми впорядковували авторів не за абсолютною частотою появи терміну, але за його середньою долею в одній публікації. Таким чином було відібрано 60 авторів, в яких даний показник перебільшував 3. Нижче подано впорядкований список перших 20 (табл. 2.2).

Таблиця 2.2.

Рейтинг авторів за середнім показником частоти використання терміну «життєдіяльність»

| № | Автори | Кількість використань | Кількість публікацій | Середнє |
|---|----------------|-----------------------|----------------------|---------|
| 1 | Кондратов Р. | 12 | 1 | 12,0 |
| 2 | Коссов Б. | 45 | 5 | 9,0 |
| 3 | Федотова Я. | 8 | 1 | 8,0 |
| 4 | Хотинец В. | 8 | 1 | 8,0 |
| 5 | Логинова Н. | 23 | 3 | 7,7 |
| 6 | Кузменкова О. | 7 | 1 | 7,0 |
| 7 | Суворов А. | 7 | 1 | 7,0 |
| 8 | Слободчиков В. | 38 | 6 | 6,3 |

| № | Автори | Кількість використань | Кількість публікацій | Середнє |
|-------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|---------|
| 9 | Леонтьев Д. | 12 | 2 | 6,0 |
| 10 | Митина Л. | 12 | 2 | 6,0 |
| 11 | Осницкий А. | 12 | 2 | 6,0 |
| 12 | Крупнов А. | 6 | 1 | 6,0 |
| 13 | Куракин А. | 6 | 1 | 6,0 |
| 14 | Михайлов Ф. | 6 | 1 | 6,0 |
| 15 | Новикова Л. | 6 | 1 | 6,0 |
| 16 | Парыгин П. | 6 | 1 | 6,0 |
| 17 | Фридман Л. | 6 | 1 | 6,0 |
| 18 | Иванова Т. | 11 | 2 | 5,5 |
| 19 | Лазарев В. | 10 | 2 | 5,0 |
| 20 | Дусавицкий А. | 5 | 1 | 5,0 |
| | | | | |
| 25 | Исаев Е. Слободчиков В. | 13 | 3 | 4,3 |
| 38 | Кричевский Р. | 10 | 3 | 3,3 |
| 62 | Давыдов В. | 18 | 7 | 2,6 |
| 63 | Ярошевский М. | 28 | 11 | 2,5 |
| 119 | Смирнова Е. | 11 | 6 | 1,8 |
| 123 | Фельдштейн Д. | 14 | 9 | 1,6 |

Відзначимо, ще одну підгрупу авторів, які опинилися нижче в даній таблиці, проте в них виявився досить великим (більше 10) абсолютний показник.

Аналіз публікацій з проблеми життєдіяльності за 2000-2015 роки

Побіжний погляд на психологічні дослідження останніх 15 років, здійснені в Україні, Білорусі, Росії, дозволяє стверджувати, що термін

«життєдіяльність» використовується дуже широко в зв'язку з проблемами як діяльності, особистості, так і групи, спільності. Зокрема, з 2000 року в Росії було захищено не менше 30 дисертаційних робіт з психології, в яких цей термін фігурує в назві, і, відповідно, в предметі дослідження. У більш ніж 200 дослідженнях він зустрічається в змісті. Якщо розширити пошук на суміжні в даному напрямку сфери – педагогіку, соціологію, економіку, філософію, медицину, географію – то кількість досліджень перевищує 1000.

У той же час, у процесі ознайомлення з змістом відповідних авторефератів була висунута гіпотеза про те, що термін «життєдіяльність» використовується в них різних значеннях, які можливо згрупувати відповідно до контексту. Таким способом було виділено 6 груп (див. рис. 2.9):

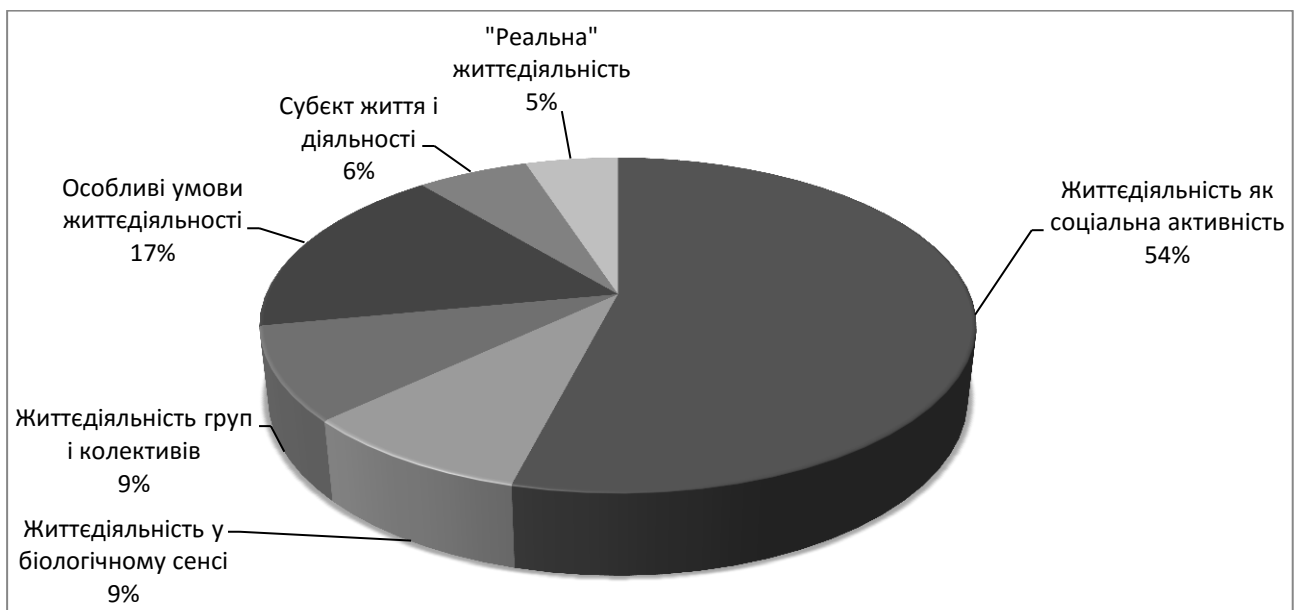


Рис. 2.9. Кількісний розподіл контекстів використання терміну «життєдіяльність» в дисертаційних дослідженнях з психології (з 2000 р.)

- соціальна життєдіяльність людини, тобто активність в різних сферах соціального життя: професійній, освітній, громадській, економічній, політичній і т.і.;

- біологічна життєдіяльність людини, тобто його функціонування на рівні організму. Сюди зокрема увійшли роботи, пов'язані з безпекою життєдіяльності;

- життєдіяльність в особливих умовах. У дослідженнях, віднесених до цієї групи, основним контекстом є особливість активності людини в специфічних умовах: стрес, екологічно неблагополучні регіони, екстремальні умови, інформаційно-технологічний простір і т. і.;

- життєдіяльність соціальних груп: працівників колективів, класів в освітніх установах, етнічних груп;

- «реальна» життєдіяльність індивіда;

- життєдіяльність особистості як суб'єкта життя.

Дві останні групи були виділені за прямими назвами робіт. Їх змістовне наповнення буде розглянуто нижче.

З первинно проаналізованих 140 дисертаційних досліджень України (20) і Росії (120) пов'язаних з життєдіяльністю ми отримали частотний розподіл за виділеними групами. Таким чином, в більш ніж у половині праць (54%) життєдіяльність розглядається як певна сукупна діяльність соціального суб'єкта. У 17% випадків життєдіяльність людини вивчається в контексті особливих (найчастіше ускладнених) умов її здійснення. У 9% випадків життєдіяльність розглядається на рівнях функціонування груп і підтримки і розвитку функціонування організму. Нарешті, найменш потужними виявилися групи, що мають відношення до суб'єктів життєдіяльності й до т.з. «реальної» життєдіяльності (6% і 5% відповідно).

Термін «реальна життєдіяльність» став використовуватися в російській психології з середини 1990-х років, як «робочий інструмент» для вирішення завдання онтологізації психології, яка відбувається по мірі виходу її за межі гносеологічного розуміння психіки як відображення об'єктивної реальності (А. Брушлинський; К. Абульханова). Усвідомлення обмеженості і недостатньої релевантності життя лабораторних

досліджень особистості призвело до зосередження центру уваги науковців на проблемі повсякденної дійсності, «життєвої онтології» (С. Рубінштейн), «життєвого простору» (К. Левін). Незважаючи на достатню суперечність терміну «реальна життєдіяльність», сама проблема і запропоновані способи її вирішення мають безперечну як практичну, так і загальнонаукову цінність в контексті нашого дослідження.

Найбільш адекватною відповіддю на проблему онтологізації стало бурхливий розвиток екологічної психології. Ще з кінця 1980-х років у зв'язку з наслідками аварії на Чорнобильській АЕС дана проблема постала в психологічній практиці. З середини 1990-х в рамках її рішення були запропоновані концепції екологічної свідомості (С. Дерябо, В. Панов, О. Рудоміно-Дусятська, В. Скребець, В. Ясвін й ін.). Наступним етапом був перехід від екологічної свідомості до екоорієнтованої діяльності та поведінки (А. Гагарін, І. Кряж, С. Москвичов). Однак усвідомлення необхідності інтеграції досліджень призвело до розробки проблем з одного боку екологічної культури і способів її формування, зокрема, в освітньому середовищі (В. Бахарєв, А. Львовчикіна, В. Ясвін і ін.). З іншого боку – способу життя як форми організації діяльностей індивіда або групи людей (Ю. Швалб, П. Лушин). Саме у спосіб життя, як стверджує Ю.М. Швалб, включаються і особистість, і її діяльність, і її свідомість. Наступний крок розвитку проблематики екологічно орієнтованого способу життя неминуче призводить до питання про життєдіяльність як особливої психологічної реальності, яка і виявляє себе у способі життя.

На основі результатів попереднього контент-аналізу використання поняття життєдіяльність можна стверджувати наступне.

У більшості випадків життєдіяльність експліцитно визначають як сукупну діяльність особистості (1), як спосіб функціонування індивіда на рівні організму (2) або використовують як синонім діяльності (3).

(1) На соціальному рівні життєдіяльність характеризується активністю індивіда в житті соціуму, суспільства. Тобто в деякому сенсі ми маємо схожість з біологічної інтерпретацією, за винятком того, що мова йде не про виживання і розвитку системи (в даному випадку соціальної), а скоріше про її функціонуванні.

(2) На соціально-біологічному рівні життєдіяльність - це активність індивіда, спрямована на підтримку і розвиток власного життя. Основна проблема - безпека життєдіяльності. На психологічному рівні - це з'ясування умов і факторів на неї впливають, забезпечення безпеки і розвитку власного життя.

Екологічністю ж життєдіяльності (-ів) є показник «зрощення» людини із середовищем свого проживання.

Як досить грубій механістичної метафори даного рівня життєдіяльності, людини можна розглядати як подобу деякої «мікросхеми» в «комп'ютері», що знаходиться в мережі з іншими «комп'ютерами». В цілому, «мікросхема» призначена для розширення можливостей системи (різноманітність, варіативність, гнучкість, сила). З іншого боку вона споживає загальні ресурси «комп'ютера» (подібно до пам'яті, процесору, відеокарти, модему, принтера і т.п.) і виділяє деяку кількість відходів (подібно тепла). Може трапитися ситуація, коли одна з мікросхем почне використовувати занадто багато ресурсів (займає багато пам'яті, споживає багато енергії). В результаті чого іншим елементам системи їх може ставати недостатньо. Відомий приклад, коли в USB порт ноутбука підключається надто потужний пристрій типу зовнішнього жорсткого диска. У зв'язку з цим перестають правильно працювати інші USB пристрою. Або в потужній відеокарті перестає працювати вентилятор, як результат в систему виділяється більша кількість тепла, що призводить до перегріву інших поблизу знаходяться мікросхем. Все це може стати причиною нестабільної роботи всієї системи, аж до її поломки.

Звідси цілі екологічної орієнтованості життєдіяльності: 1) усвідомлення своїх рамок життєзабезпечення в кожному середовищі життя; 2) регуляція власної активності відповідно до усвідомленими рамками. Усвідомлення рамок життєзабезпечення - усвідомлення не тільки обмежень, скільки кордонів, тобто не тільки звуження, а й розширення можливостей власної життєдіяльності. Вихід за рамки можливостей життєзабезпечення призводить до порушення жізнефункціонування системи і / або себе.

Спроба розкрити саме психологічний зміст терміна «життєдіяльність» нами була виявлена в 11% досліджень. У них життєдіяльність розглядалася складової людини як суб'єкта життя. Зокрема, на соціально-психологічному рівні вона являє форми активності (діяльності, спілкування, окремих дій і вчинків) особистості як суб'єкта, включення його в міжособистісне і міжгрупове взаємодія [13].

Одне з найбільш ґрунтовних досліджень, присвячених психології життєдіяльності представлено в концепції К.В Карпінського [32]. Пропонується наповнювати психологічний зміст поняття життєдіяльність в рамках досліджень життєвого шляху особистості, яка виступає в якості суб'єкта життя, яким стають в міру становлення свідомої, діяльної особистості. Тобто автор розглядає суб'єктогенез як історичний процес - як постійний рух людини від симбіозу з іншими людьми і зовнішньої детермінованості до відокремлення від свого оточення, до саморегуляції і самовизначення.

Ідея історизму в індивідуальному розвитку розгортається в психології життєвого шляху особистості (К. А. Абульханова-Славська, Т.Н. Березіна, Ю.І. Філімоненко і ін.). Тут особистість є носієм особливих форм довільної пізнавальної і практичної активності, об'єктом яких виступає її власне життя.

Однією з основних таких форм і є життєдіяльність. Вона розуміється автором різновидом практичної діяльності, спрямованої на перетворення життя відповідно до її особистісним змістом в індивідуальний життєвий шлях. Таким чином, життєдіяльність розглядається як феномен перетворення / перетворення особистості з продукту в творця власної біографії. Це передбачає розвиток специфічних психічних новоутворень: життєві цілі, плани, програми, смисли і ін. Життя в даному підході розуміється «сирим» матеріалом або об'єктом; сенс життя - мотивом життєдіяльності; життєдіяльність - формою діяльно-перетворюючого ставлення суб'єкта до власного життя в цілому.

Особливу увагу К.В. Карпінський приділяє співвідношенню поняття життєдіяльність і категорії діяльність. За зовнішніми проявами і формі життєдіяльність є діяльністю, тобто має свої мета, мотиви, програму і план. За психологічним змістом, організації, що становить вона є свого роду «метадеятельностью», якісно новим рівнем психічної організації особистості. Рівнем, через який приватні діяльності збираються в систему взаємопов'язаних, взаємодоповнюючих елементів. При цьому функціонально вони стають своєрідними інструментальними засобами життєдіяльності. У зв'язку з системною організацією тут з'являється і особлива форма активності - координація і субординація приватних діяльностей в житті особистості. Останні можуть виступати в наступних ролях:

- 1) бути сенсом життя;
- 2) нести позитивний життєвий сенс;
- 3) нести негативний життєвий сенс;
- 4) суперечити життєвому змістом.

Однією з найбільш продуктивних, на наш погляд, ідей в концепції життєдіяльності К.В. Карпінського є установка на використання загальноприйнятого теоретікометодологічного інструментарію -

діяльнісного підходу. Причому розширення категоріального апарату відбувається в його логіці. З одного боку, життєдіяльність

«Виростає» з діяльності. При цьому робиться спроба розкрити її як метапсихологічну категорію, а не соціальну або біологічну. З іншого боку, саме через життєдіяльність передбачається здійснити зв'язування базових категорій діяльності та особистості, що є однією з ключових методологічних проблем вітчизняної психології.

Разом з тим певні положення концепції викликають деякі питання. По-перше, теза про відокремлення себе від свого оточення як «кінцевої точки» пов'язаної з самовизначенням. У контексті ідей екологічної психології самовідокремлення є необхідною, але проміжним ступенем розвитку. Через відділення і самовизначення до інтеграції зі світом («повернення блудного сина»). Подруге, розуміння людини винятковим «вершителем своєї долі» або свідомим «будівельником» свого життєвого шляху є релевантним, але недостатнім. В рамках екопсихологічної напрямки особистість є активним, системоутворюючим, але елементом життєвого середовища. Нарешті, якщо результатом життєдіяльності є життєвий шлях, то наскільки застосовна до неї успішність так, як вона може бути застосовна до результату діяльності?

Відповіді на ці та інші питання дадуть змогу поглибити і вдосконалити психологічну теорію життєдіяльності в рамках екологічної психології, об'єктом якої є життя людини.

2.3. ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Психологічні аспекти життєдіяльності людини вивчаються досить давно. Ті чи інші її складові розглядалися класиками світової і вітчизняної психологічної науки, серед яких З. Фрейд, А. Адлер, К. Левін, Ш. Бюлер, К. Хорні, А. Маслоу, Л. Виготський, С. Рубінштейн, О. Леонтьєв, Б. Ананьєв, В. Зінченко й ін. В радянській психології, починаючи з 30-х років XX століття затвердилося потрійне ставлення до поняття життєдіяльність. В усіх випадках в якості базового обґрунтування використовувалося посилення на класиків марксизму. З одного боку, широко цитованою, зокрема й в підручниках з психології, була думка К. Маркса про відповідність життєдіяльності тваринному рівню психічної організації, яка висловлена ним у цитаті: «Тварина безпосередньо тотожна своїй життєдіяльності. Вона не відрізняє себе від цієї життєдіяльності. Вона і є ця життєдіяльність.» [45]. Саме таким чином інтерпретувалася її відмінність від конструкту діяльності. З іншого боку, увагу було зосереджено на продовженні даної цитати: «Людина робить власну життєдіяльність предметом своєї волі і свідомості. Її життєдіяльність – усвідомлена... Усвідомлена життєдіяльність безпосередньо відрізняє людину від тваринної життєдіяльності. Саме в силу цього вона є родовою істотою... Тільки в силу цього її життєдіяльність є вільною діяльністю» (там же). Даний контекст життєдіяльності використовувався для обґрунтування ідеї того, що людина сама творить власне життя, життєвий шлях (К. Абульханова). У третьому випадку, розглядаючи життєдіяльність людини системотвірним чинником її особистості, найчастіше посиляються на думку К. Маркса і Ф. Енгельса, відображену в «Німецькій ідеології», про

те, що «спосіб, яким люди виробляють необхідні їм засоби для життя, залежить перш за все від властивостей самих цих засобів, які вони знаходять у готовому вигляді і які підлягають відтворенню... це – певний спосіб діяльності даних індивідів, певний вид їх життєдіяльності, їх певний спосіб життя. Яка життєдіяльність індивідів, такі й вони самі.» (с. 19). Дана теза інтерпретувалася в обґрунтування розгляду особистості продуктом суспільно-історичного розвитку (Б. Зейгарнік).

Зазвичай життєдіяльність особистості як психологічний конструкт у тому чи іншому вигляді розглядався або в системі «Людина – Життя», де життя розумілося, залежно від вихідних позицій, в якості біологічних, соціальних чи суспільно-історичних процесів, або в системі «Людина – Світ». В першому випадку людина аналізується в більшості особистістю, що формується у процесі життя. Тож тут вона стає суб'єктом розвитку, саморозвитку, але не діяльності, тобто її активність спрямовується не на перетворення навколишньої дійсності, а на самозміни, й, навіть більше, як вказувалося вище, досить часто в подібних дослідженнях вона ставала саме «продуктом». У другому, людина як суб'єкт активно змінює світ через власну діяльність. Світ, здебільшого, виступає (усвідомлюється) статичною структурою у вигляді умов, засобів, цілей, матеріалу й т. і. На даному рівні, життєдіяльність може розглядатися лише як життєдіяльність індивіда, але не особистості. Таким чином можна констатувати певний розрив між психологічною проблематикою того, що можна назвати «життя людини» і «світ людини».

Відзначимо, що проблема подолання даного розриву й поєднання двох вказаних відношень постала перед науковцями і практиками так само давно. У 20-х роках ХХ століття у вітчизняній психології виникають спроби досліджувати активність людини у процесі життя з одного боку, й вплив матеріального середовища на особистісні якості і характеристики з іншого. Це відбувалося в рамках педології і психотехніки. Зокрема,

М. Басов вважав основним недоліком сучасних йому підходів до розвитку людини те, що такий розвиток намагаються виводити з середини самої людини – з його психіки або фізіологічної організації, іноді і з того, і з іншого одночасно. Правильна постановка проблеми повинна бути іншою. Розвиток людини це завжди результат її взаємодії з навколишньою (навколо неї) дійсністю, а її предмет не може зводитися до якої-завгодно частини в самої людини. У зв'язку з цим науковець пропонує формулу «людина як активний діяч в об'єктивній закономірно організованій діяльності».

Проте, подібні спроби поєднання актуалізували існуючі протиріччя філософсько-світоглядного і ідеологічного плану, що призводило до палких й, на жаль, в силу вітчизняної специфіки, суттєво політизованих дискусій, в яких, серед іншого, вимагалось перевизначення предмету психології, перегляд її основоположних завдань, що супроводжувалося звинуваченнями у хибності, реакціонізмі, редукціонізмі, пособництві дрібно-буржуазним інтересам й ідеям і т. і.

У подібні заполітизовані дискусії були втягнуті не тільки функціонери від науки, але й, на жаль, видатні науковці, зокрема О. Леонт'єв [ВП, № 1, 1998] у критиці педологів. Особливе несприймання в нього викликала ідея педологів розглядати зв'язок розвитку особистості дитини з особливостями середовища. Він аналізував теоретичний план проблеми, виділивши три напрямки її розробки: 1) загальне питання про роль середовища; 2) своєрідність людського середовища; 3) змінність і відносність середовища саме дитини. Щодо першого питання, він вважає неправильним розглядати середовище і як чинник, що сприяє чи заважає розвитку, викликає до життя і т. і. закладені у дитини властивості (Ш. Бюлер, Д. Узнадзе), і як детермінанту, яка активно вибудовує діяльність дитини (М. Басов, Л. Виготський). У другому питанні, він вважає «грубо помилковими» гіпотези про: перетворення природного

середовища в особливе «динамічне» соціальне середовище розвитку дитини; подвоєння природного середовища через соціальне; про їх взаємопроникнення. Особливої уваги заслуговує аналіз критики вчення Л. Виготського щодо конкретно-психологічної ролі середовища в процесі розвитку особистості дитини, до якої ми звернемося нижче.

Якщо не враховувати форми, висловлені О. Леонтьєвим в критичних зауваженнях ідеї в рамках діяльнісного підходу мають безсумнівну цінність. Насамперед це стосується його позиції щодо відношення людини і середовища (світу), яке визначається кожного разу не окремо середовищем і не властивостями особистості, але змістом її діяльності, рівнем її розвитку, типом її будови. Само по собі середовище, як і сама по собі особистість є абстракціями, а отже не можуть бути предметом наукового дослідження.

Проте, метою звернення до вказаної вище праці була ілюстрація того, що саме ідеологічна складова багато в чому заважала зосередженню уваги на проблемі поєднання базових психологічних відношень «людини і життя» й «людини і світу» в рамках діяльнісного підходу. Доречним з цього приводу вважаємо навести думку Б. Ельконіна і В. Зінченка, що ідеологія «за визначенням тоталітарна, якими б красивими символами, словами і міфами вона не була камуфльована. Підробка ідеології під абсолютний смисл (смысл життя) рано чи пізно, але частіше пізно виявляється» («доповідь по психології розвитку (за мотивами Л. Виготського)»).

Цікавим є факт того, що інтерес до проблеми життєдіяльності у вітчизняній психології в останні 40 років є досить стабільний. Це, зокрема підтверджують результати нашого аналізу наукових публікацій у центральному психологічному журналі колишнього СРСР й пострадянського періоду «Вопросы психологии» з 1980 до 2000 роки та вітчизняних, білоруських і російських дисертаційних досліджень після

1996 року по теперішній час. З певними періодичними коливаннями, проблематика життєдіяльності в працях вітчизняних науковців тримається на більш-менш однаковому рівні. Мається на увазі використання відповідного терміну не в якості синоніму діяльності, активності чи терміну загально-буденного вжитку, але за його специфічним змістом та частотою.

В останні десятиріччя в психологічних дослідженнях проблематика життєдіяльності людини досить часто актуалізується у зв'язку із суспільно-соціальними екологічними проблемами – забруднення і руйнації оточуючого світу на усіх його рівнях, та активної участі самої людини у цих процесах.

Проте, ще й досі в рамках вітчизняних досліджень термін «життєдіяльність» використовується досить широко й, іноді, у суперечних значеннях, а його введення в психологію в контексті теорії життєвого шляху особистості (зокрема, у К. Абульханової) є недостатнім, хоча й, безперечно, продуктивним у вказаних рамках. Відзначимо, що К. Карпінський, розвиваючи ідеї К. Абульханової, пропонує розглядати індивідуальну життєдіяльність як «метасистемну категорію», що співорганізує частинні діяльності людини в рамках перетворення життя як матеріалу життєдіяльності у життєвий шлях [32].

Ми не будемо зупинятися на детальному аналізі даного підходу. Відмітимо лише два суттєвих, з нашого погляду, моменти. По-перше, сама категорія життєвого шляху ще й досі є суперечливою в сучасному психологічному дослідженні. У проаналізованих нами підходах вона виступає щонайменше чотирьох різних сенсах, в якості: 1) структурного компоненту особистості (І. Кон); 2) продукту свідомості (З. Фрейд, О. Кронік, Т. Титаренко, В. Панок); 3) результату певної діяльності (Ш. Бюлер, Б. Ананьєв, Н. Логінова, Л. Сохань); 4) самою специфічною

формою діяльності (активності) (Г. Салліван, С. Рубінштейн, К. Абульханова, В. Панок).

По-друге, важко погодитися в рамках означених вище базових відношень з роллю категорії життя і її опереціоналізацією в якості саме матеріалу. Подібна постановка питання неявно призводить до не зовсім коректного допущення примата людини над світом, а отже порушує принцип екологічності, в якому, зокрема констатується усвідомлення людини елементом світу / життя.

Реальна людина не просто є в світі, й вона не просто живе – *людина живе у світі*, тобто у відношенні фігурує не дві, а три складові. Тому й базова система має включати в себе не два компоненти, а три «Людину – Світ – Життя». Особистість здійснює активність по відношенню до світу, й тим самим, змінює ситуацію власного життя, розв'язуючи яку, змінюється, розвивається вона сама.

Таким чином, *життєдіяльність особистості ми розглядаємо як основну форму активності людини по відношенню до світу в процесі її життя*.

Базова модель даної системи представлена на рис. 2.10.

Три компоненти даної системи мають два напрямки зв'язків – 1) людина → світ → життя → людина й 2) людина → життя → світ → людина. Кожні два окремо взяті компоненти утворюють підсистему, відношення між якими задаються двома типами психологічних механізмів – умовно «прямим» і «зворотнім». Основний спосіб активності людини у світі в процесі власного життя – є *життєдіяльність*, здійснюючи яку вона змінює світ. Зміни, які відбуваються в світі відображаються в її житті через *ситуації*. Переживання конкретних життєвих ситуацій формує життєвий досвід особи, її *життєвий шлях*¹² як цілісну структуру – продукт цього досвіду. Виходячи до ставка на відпочинок, науковий співробітник

¹²¹² Ми розглядаємо життєвий шлях, в його інтерпретації О. Кроніком, Є. Головахою, Т. Титаренко, В. Панком й ін.

починає прибирати територію навколо. Поступово до її активності підтягуються й інші відпочиваючі – мешканці мікрорайону. Світ через її життєві дії змінився як на природно-ландшафтному, так і на соціальному рівні, створюється нова ситуація вже її власного життя, яка формує життєвий досвід (в даному випадку, позитивний), що становить один з ланцюгів життєвого шляху даної особи.

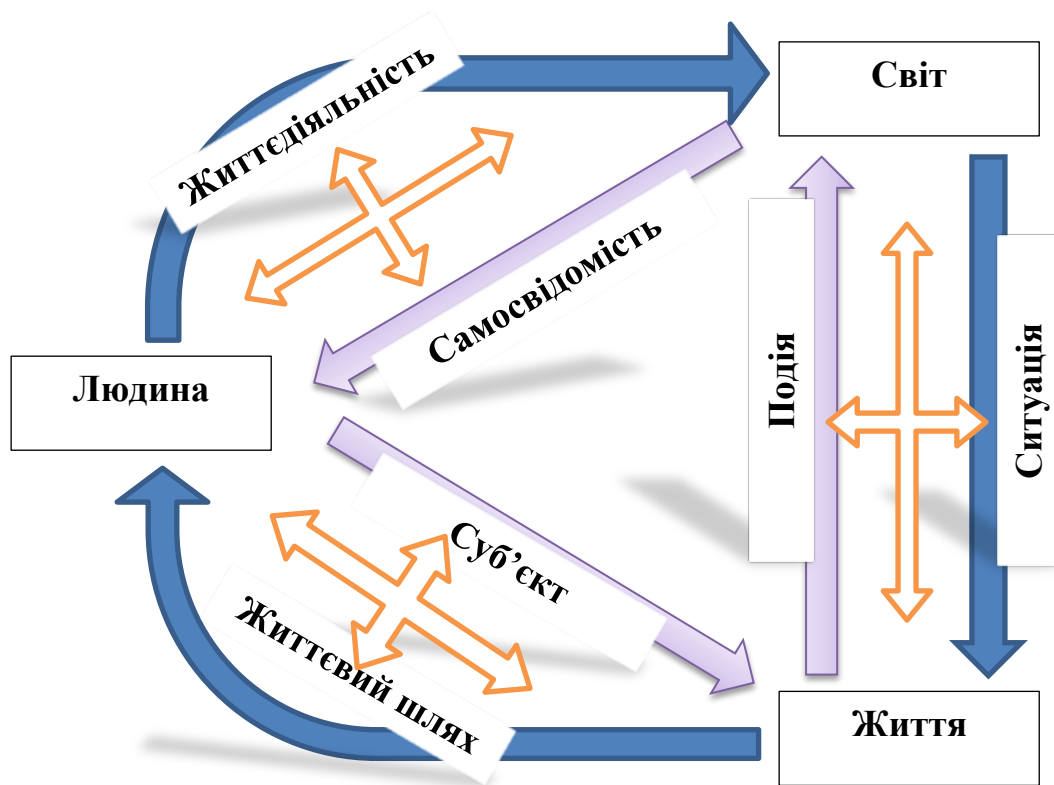


Рис. 2.10. Психологічна модель життя людини у світі

Людина як *суб'єкт життя* виявляє активність до власного життя, змінює його, намагається його побудувати. Кожна зміна життя особи відображується в світі, в якому вона живе у вигляді *події* – того, через що її світ змінюється. Зміни у світі відображуються на уявленні людини про її місце у ньому, що в свою чергу, активує її до життєвих змін. Сіддхартха Гаутама у 30 років зустрів за межами палацу старого жебрака, хвору людину, мерця і відлюдника. Дана подія життя призвела до повної

перебудови його уявлень про світ, що у свою чергу вплинуло на його «Я», вимусило змінити власне життя.

Розглядаючи окремо підсистему «Людина – Світ» ми бачимо психологічний механізм прямого зв'язку між ними у вигляді життєдіяльності, а зворотного у тому, як зміни у світі, викликані життєвою активністю особи, впливають на її уявлення про власне місце у ньому, на її самосвідомість.

Так само, у підсистемі «Людина – Життя» прямим психологічним механізмом є її активність спрямована на зміну власного життя, а зворотним – те, як ця зміна вбудовується у досвід людини, її життєвий шлях.

Психологічна структура діяльності включає в себе щонайменше чотири компоненти – мотив, ціль, засіб і результат. Життєдіяльність крім вказаних, включає *життєво-смысло-ціннісний блок*. Проте він не утворюється механічним приєднанням на початку, в середині, чи в кінці процесу діяльності, але впливає й видозмінює кожен з базових компонентів. Так, системотвірний чинник діяльності мотив трансформується у *мотив життєвої дії*, який залежить не тільки від потребового стану особи, але й, з одного боку, від її життєвого досвіду, життєвого шляху, а, з іншого, від життєво-смыслових утворень. Тобто, на питання «чому?», додаються відповіді типу, «тому що це моє призначення» або «це відповідає меті мого життя».

Наступний елемент, що включається до життєдіяльності є *життєва ситуація*, або стан світу життя особистості, сприймання якої також залежить від життєвого досвіду і смысло-життєвих установок. Сприйняття життєвої ситуації дозволяє більш адекватно усвідомити *умови* виконання життєвої дії й сформулювати *життєву задачу*, мета якої на відміну від класичної задачі, спрямована пов'язується також і з смысложиттєвим рівнем. Перш за все мета розглядається в контексті процесу життя

особистості, тобто в тому, який смисл, яке значення матимуть її дії, їх результат для світу, для неї самої. Й це обумовлює вихід процесу рішення життєвої задачі у рефлексивний рівень, можливо екзистенційний. Без відповіді на дане питання рішення життєвої задачі втрачає смисл.

Усвідомлені умови і сформульована життєва задача стають передумовою щодо *прийняття рішення* про виконання життєвої дії. При його прийнятті актуалізується дія з *оцінювання ресурсів* для її виконання. Тут також виявляється специфіка життєдіяльності. Якщо в традиційній моделі діяльності ресурси відіграють однозначну роль матеріалу, інструментів і засобів виконання дій, то у випадку життєдіяльності роль ресурсів змінюється кардинально. Вони стають, по суті, одним з центральних місць життєвої дії, виступаючи на трьох рівнях – потенційних, наявних і «нестачних» ресурсів. Перші з них відповідають за вписування життєвої дії у процес життя. Вони характеризуються питаннями, типу «що я отримаю і що втрачу в результаті виконання життєвої дії?», тобто як отримане особа зможе використати у якості наявного ресурсу в майбутніх життєвих діях, наскільки воно буде ціннішим за витрачені ресурси. Окреме питання стосується ресурсів, яких бракує. У зв'язку з ними організовуються спеціальні життєві дії, спрямовані на їхній добір. Це показує неперервність, пов'язаність життєвих дій у життєдіяльності.

Після *складання і виконання програми* особа отримує результат життєвої дії. Заслуговує на увагу блок *оцінювання результату*. Варто зазначити, що на відміну від діяльності тут ми маємо подвійну оцінку – прагматичну або практичну, ту яка пов'язується з життєвим досвідом індивіда, і ціннісну, або з точки зору смислу і цілей життя. Вочевидь, вказані зв'язки є взаємними – оцінка результату впливає на життєвий досвід, який, у свою чергу, впливає на оцінку.

Нарешті, останньою складовою психологічної структури життєдіяльності можна розглядати *прийняття відповідальності* за результат життєвої дії, тобто наскільки те, що я зробив є тим, що зробив саме Я. Даний елемент був запропонований Ю. Швалбом в моделі регулятивних механізмів діяльності особистості в контексті її способу життя. Описана модель представлена на рис. 2.11.

Як вказувалося, у порівнянні з діяльністю в психологічній структурі життєдіяльності з'являється ціннісно-смісловий рівень, тобто узгодження потенційної чи актуальної особистісної активності з глобально життєвими цілями і сенсами життя людини. Тож в життєдіяльності ми виділяємо такі три рівні структурних компонентів:

- 1) умови, фактори і матеріал;
- 2) цілі, задачі і ресурси;
- 3) значення, цінності і смисли.

Кожному з виділених рівнів життєдіяльності особистості відповідає свій рівень психологічного аналізу світу її життєдіяльності. Базовий рівень, в якому світ фігурує у вигляді умов, факторів, матеріалу, здійснення активності ми пов'язуємо з *середовищем* життя людини. Характерною особливістю середовища є відсутність цілісності, структури тощо.

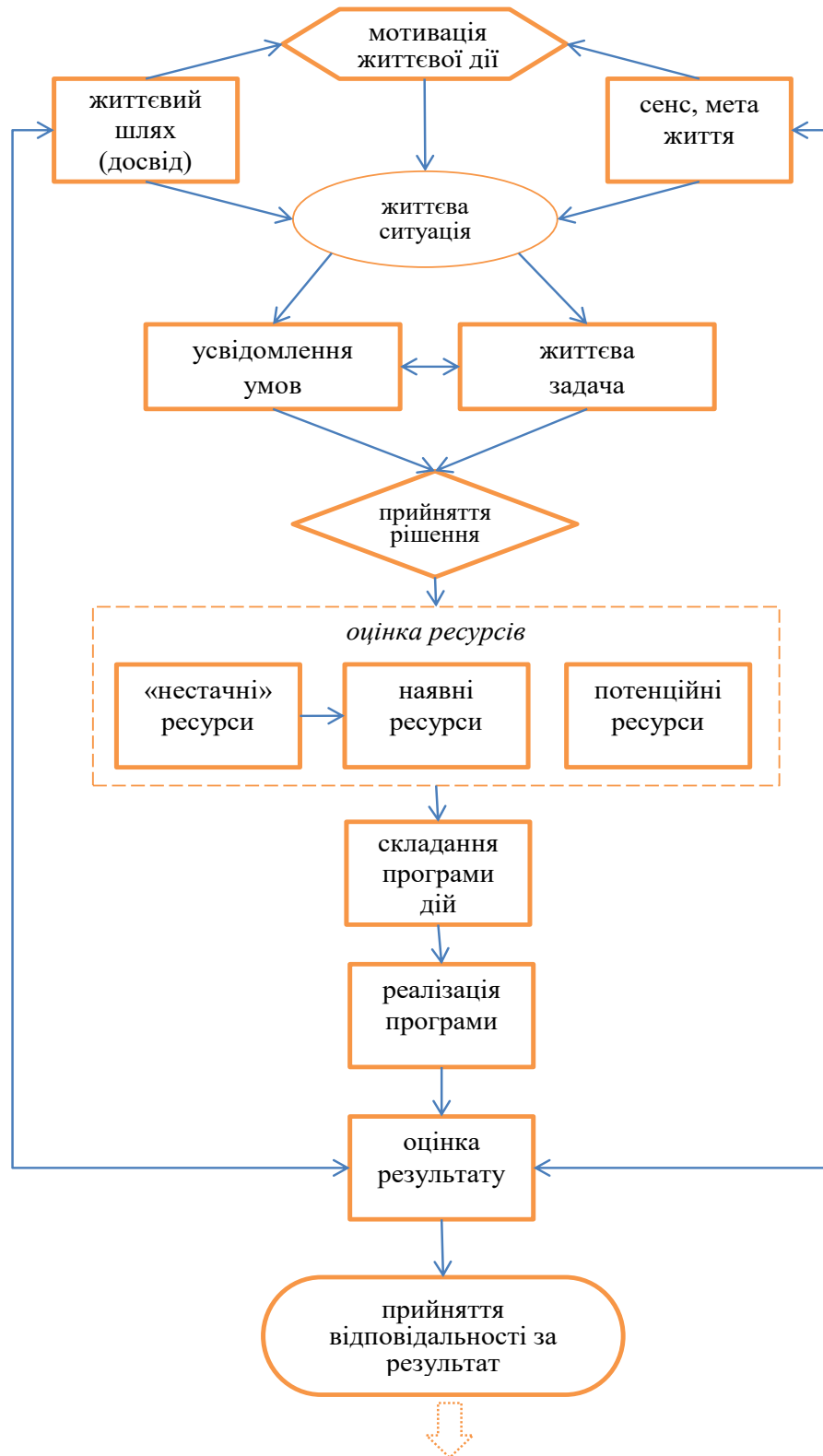


Рис. 2.11. Схема життєдіяльності як процесу рішення життєвих задач

Так, в багатьох визначеннях даного терміну можна знайти такі словосполучення як «все, що оточує», «все, що усвідомлюється навколо»,

«те, що впливає» і т.п. Дане бачення зв'язку середовища і життєдіяльності співзвучно, на наш погляд, з визначенням психологічного змісту середовища, даного у [69]. Середовище заважає або сприяє здійсненню активності, досягненню мети тощо, воно може бути агресивним до особистості, а може бути й миролюбним або нейтральним. У зв'язку з вказаним, відповідь на питання «чи можна створювати, проектувати середовища?» буде очевидно негативною. Середовище утворюється само по собі, можна впливати лише на її конкретні складові.

Коли ми переходимо на рівень цілей і задач, середовище трансформується у *простір* життєдіяльності особистості, основною особливістю якого стає його вимірюваність. Там, де ми формулюємо цілі, розв'язуємо задачі, шукаємо ресурси, ми структуруємо світ за принципами «далеко – близько», «визначено – невизначено», «привабливо – непривабливо», «обмежено – необмежено» й ін. Тобто вводяться ідеї «відстані» фізично-просторової або часової, «розміру», «форми». У даному контексті перш за все згадуються роботи К. Левіна присвячені психологічному / життєвому простору особистості. Він, за Левіним, має дві основні межі – зовнішню, що відокремлює психологічний простір від фізичного, біологічного, соціального світів, й внутрішню, яка відділяє Я людини від її простору життя. З дорослішанням (розвитком) в людини ускладнюється, диференціюється й збільшується життєвий простір, у ньому утворюються специфічні рівневі структури, зокрема реальне як відображення змін у фізичному, соціальному світі і ідеальне – її фантазії, бажання, страхи. Структурованість і диференційованість простору дослідник пов'язує з відповідними характеристиками Я людини. Нарешті, в ситуації зупинки розвитку, стресу, виживання психологічний простір регресує, що може виявлятися у його зменшенні з відповідним зменшенням часової перспективи або звуженням соціальних контактів чи руйнації окремих структур.

На третьому рівні психологічної структури життєдіяльності – цінності і смисли – світ відображається у сферах життя особистості. Термін «сфера» передбачає, слідуючи за метафорою, чітко обмежений об'єкт, утворений навколо чогось – «геометричне місце точок, рівновіддалених від однієї точки центру». У нашому випадку центром є сама особистість. Коли ми відкриваємо пошуковик із запитом «сфери життя особистості», перші ж посилання спрямовують на сторінки пов'язані з практиками розвитку особистості, її саморозвитку, життєстійкістю тощо. «Чотири сфери», «сім сфер», «дванадцять сфер» життя особистості і т. і. З іншого боку, в повсякденні багатьох з нас так чи інакше фігурують сфера духовного життя і сфера власного здоров'я, сфера відпочинку і сфера професійної діяльності, сфера відносин і сфера побуту. Я радію досягненням чи сумую над невдачами у тій чи іншій важливій для мене сфері, проектую, планую і збудовую там своє життя, переживаю дисбаланс чи гармонію, усе це виявляє не тільки моє «Я», але й те, як воно включене до життя. Саме при переході від простору до сфери і з'являється суб'єкт життя.

Поки людина тільки відшукує ресурси, досягає цілей, вирішує певні сьогоденні завдання, враховуючи умови і чинники навколишнього середовища, вона залишається об'єктом власного життя, тою, хто «живе як всі», не відповідаючи їй, навіть, не ставлячи питання «для чого усе це потрібно саме їй?». Тож простір стає сферою, коли його елементом стає сама людина, з її життєвими цінностями і смислами.

Описане зафіксуємо у моделі (рис. 2.12).

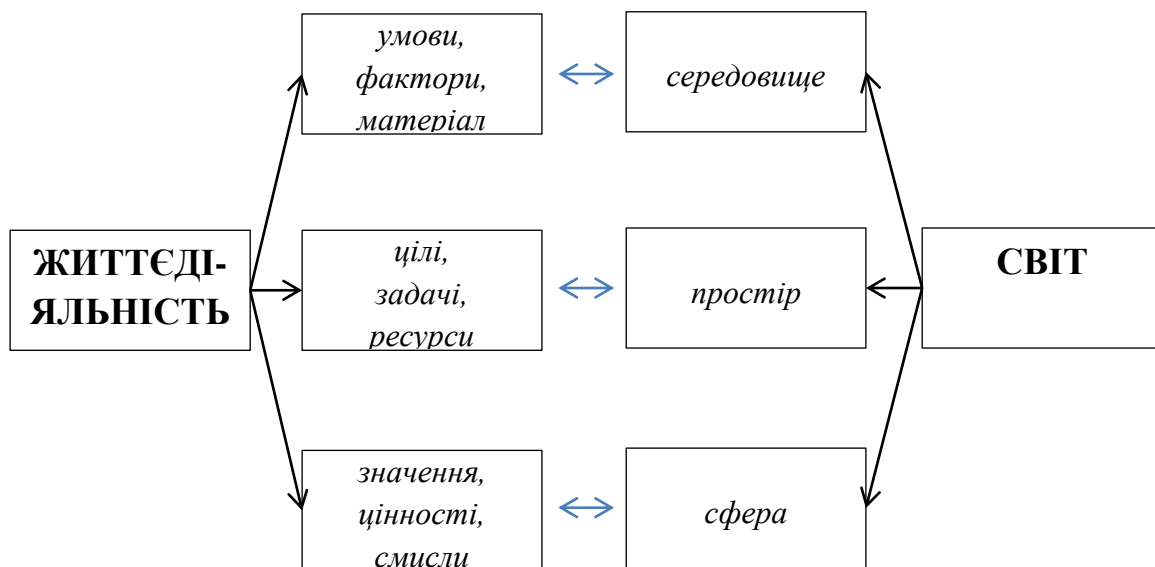


Рис. 2.12. Психологічна структура світу життєдіяльності

З вказаної моделі маємо два наслідки. По-перше, назви сфер, просторів і середовищ життя людини можуть як співпадати, наприклад, освітня сфера, освітній простір, освітнє середовище, так і бути унікальними, зокрема, сфера здоров'я. По-друге, з'являються чіткі критерії для розрізнення між життєдіяльністю у тому ж освітньому середовищі і в освітньому просторі, між сферою професійного життя особистості і простором її професійної життєдіяльності.

Процес життєдіяльності може аналізуватися за психологічними функціями. Розглянемо їх у ситуації потрапляння людини в нове середовище життя. На нижчому рівні, опиняючись у невідомому оточенні, перш за все людина намагається зорієнтуватися, оцінюючи, наскільки тут безпечно або небезпечно, тобто наскільки умови для життя є сприятливими чи несприятливими. Подібно тому, як «зелений» турист, шукаючи місце для стоянки, визначає де можна зупинитись для розбиття табору, а де краще не зупинятися. Аналогічну ситуацію маємо й у випадку входження людини у новий колектив. Відповідно й головна функція даного рівня життєдіяльності – *орієнтовно-оцінкова*. Якщо умови

сприятливі, то життєдіяльність спрямовується на *організацію власного місця*. В іншому випадку виникає задача *адаптації*, яка може бути вирішена успішно, й тоді середовищі життєдіяльності особистості виникає в «Я-місце», або неуспішно, й тоді такого місця не утворюється. Тож ми отримуємо дві різні гілки психологічного функціонування життєдіяльності особистості, умовно названі «конструктивною» і «деструктивною» відповідно до спрямованості задач, які вирішуються.

Розглянемо «конструктивну» гілку. У випадку, коли особа обрала «Я-місце» в середовищі, наступною виникає задача *оформлення середовища*, тобто його структурування відповідно до зовнішніх умов і внутрішніх стану, потреб і т.п. В наведеному вище прикладі про туриста, відбувається визначення місць для наметів, для вогнища, для інших потреб і нестатків. Аналогічно, у новому колективі людина визначає для себе з ким бажано встановити контакт, а кого краще не чіпати, з ким можна бути відвертим, а з ким обережним, коли краще турбувати керівництво, а коли не турбувати, чи можна домовлятися про заміщення, запізнюватися і т.п. В цілому, особа визначає які задачі і в якій послідовності їй потрібно вирішувати. В результаті такого оформлення середовища утворюється простір життєдіяльності особистості, тобто саме середовище набуває структуру у термінах відстані, розміру, визначеності, меж.

Після утворення простору життєдіяльності, т.б. організації процесу вирішення поточних задач – коли місце визначено, структуроване, обжите, актуалізується нова функція – забезпечення процесу *інтеграції с простором життєдіяльності*. Саме на даній стадії виникають екзистенційні питання цінностей і смислів, тобто питання реалізації «Я» людини в контексті її життя в цілому. Результатом такої інтеграції стає виникнення сфери життєдіяльності, коли людина може говорити про відповідну частину соціального світу як про «свій світ», про себе – «я – вчитель», «я – чоловік», «я – батько», в сенсі не соціальних ролей, але

власних життєвих цінностей і смислів. Результатом такої інтеграції стає особисте переживання ейкосу, як символу «Дому у Світі», «Дому-Світу».

В разі неуспішної адаптації особа не може знайти у середовищі власного «Я – місця». В такому випадку життєдіяльність виконує функції забезпечення відчуження людини від середовища, тобто конфронтацію, конформізацію чи відсторонення особистості від відповідної частини соціального світу. Таким чином, структурування середовища відбувається на якісно інших підвалинах, що виражається у таких словосполученнях як «світ ворожий»; «я – нікчема» або «робота / діти / гроші / гра / ...» понад усе, понад мене; «ми зі світом намагаємося не зустрічатися» тощо. Утворюється простір для виживання. Особистість починає жити у ситуації виживання.

Життєдіяльність у ситуації виживання з очевидністю не тільки призводить, але й починає спрямовуватися на *деградацію простору життя*. Якщо навколо усі вороги, я повинен будь-що їх перемогти або принаймні завдати якнайбільшої шкоди. Робити так буду не тому, що я поганий, чи світ поганий, але тому що у ситуації виживання я вимушений так діяти. Тож результатом такої деградації стає *переживання вимушеності*.

Процесуально-функціональна модель життєдіяльності представлена на рис. 2.13.

Слід зазначити, що вказані в моделі етапи життєдіяльності не мають чіткого слідування й обмеження у часі. За тих чи інших обставин, особа може «застрягати» у будь-якому з них. Наприклад, у ситуації затруднення адаптації в новому колективі, або на рівні оформлення середовища у простір життєдіяльності, коли у людини все гаразд, вона якісно виконує необхідні функції, не замислючись над смисложиттєвими й морально-ціннісними питаннями, й усе в її житті добре. Ситуація переходу може навіть й не скластися, а може й скластися раптом чи поступово, внаслідок якоїсь події.

Подібних сюжетів у художній літературі й кінематографі достатньо. Також може відбуватися і редукція, повернення на попередні рівні.

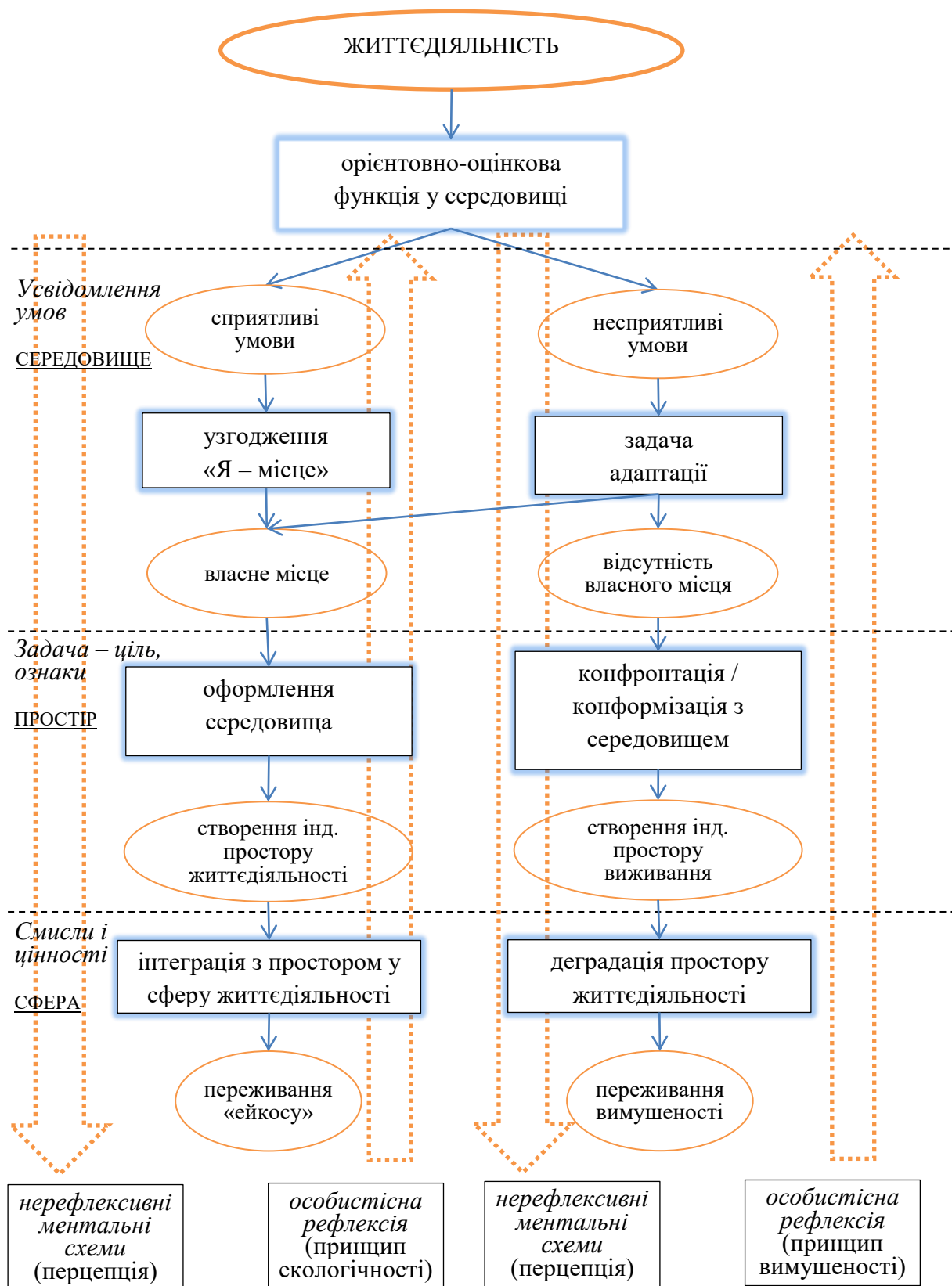


Рис. 2.13. Функціональна модель життєдіяльності

Розглянуті процеси функціонального забезпечення життєдіяльності визначають нерефлексивні ментальні схеми, в основі яких перцепція. Проте, з набуттям досвіду на основі нерефлексивних в людини формуються й рефлексивні схеми – у зворотньому порядку, тобто від кінцевого уявлення особистості про те, як воно «повинно» бути. Причому, це стосується як конструктивної, так і деструктивної гілки життєдіяльності. Знайомою виглядає ситуація, коли людина «навчена гірким досвідом», переносить його й на інші ситуації, тим самим вибудовуючи конфронтацію, вимушеність від початку попадання у нове середовище.

Таким чином за вказаними параметрами ми можемо запропонувати й типологію життєдіяльності (рис. 2.14).

| Механізми ментальної схеми | Переживання | |
|---------------------------------------|------------------------|----------------------|
| | «Ейкосу» | «вимушеності» |
| перцепція | перцептивно-екологічна | перцептивно-вимушена |
| рефлексія | рефлексивно-екологічна | рефлексивно-вимушена |

Рис. 2.14. Типологія життєдіяльності

На рівнях середовища і простору життєдіяльності про екологічність можна говорити лише через обмеження, через частинку «не»: не засмічувати, не забруднювати, не руйнувати, не відчужувати, не конфліктувати, не маніпулювати й т. і. Йдеться перш за все про збереження і підтримку. Саме сфери життєдіяльності особистості є тим базисом, на якому починається екологічність не як відсутність деструктивного, але як дещо конструктивне, як основа для розбудови власного ейкосу.

2.4. ЖИТТЄВИЙ ШЛЯХ І ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

Кожна людина у процесі власного життя створює його історію. Вона пов'язується з тими чи іншими суспільно-історичними подіями – Чорнобильська катастрофа, «перебудова», Майдан, війна і т. і., з локальними подіями, які відіграли суттєву роль в житті індивіда – вступ або не-вступ до ВНЗ, кохання, втрата близької людини й ін., з вчинками особистості, які можуть мати суспільне значення – перемога на Олімпійських іграх, фарбування у кольори національного прапора шпильо висотки в центрі столиці країни – агресора, а можуть жодним чином не торкатися суспільства – заступитися за слабку людину, навіть просто сказати керівникові «ні». Вказане формує особистість. Як писав С. Рубінштейн – «людина лише остільки і є особистістю, оскільки має власну історію» [56, с. 643). Така індивідуальна історія, біографія не тільки є джерелом знань про особистість, але й являє собою предмет психологічного вивчення – життєвий шлях.

Але, що таке життєвий шлях з точки зору психології? Елемент структури особистості чи її специфічна діяльність? Можливо життєвий шлях – це лише образ свідомості людини чи все ж соціальне явище, або, взагалі, інструмент дослідницької діяльності? Він формується, задається на певних етапах філо- / онтогенезу чи завжди у людини був і є? Життєвий шлях складається чи я його складаю? Якщо складаю, то з чого – з різних історій-наративів, чи з дій та вчинків? Однозначних відповідей на ці питання на сьогодні й досі не існує.

У нашому повсякденні через твори культури, насамперед масової, закріпилися такі слова і вирази як: «чужа / своя колія» (В. Висоцький), «мій шлях» (Ф. Сінатра), «дорога без кінця» (А. Асадуллін), «дороги, які

ми вибираємо» і «шляхи долі» (О.Генрі), «дорога» (Ф. Фелліні), «світлий шлях» (Г. Олександров), «життєвий і творчий шлях..», «шлях до дому» («Одисея») й ін. Основна метафора – життя людини це дорога, вона може бути визначеною долею, її можна обрати або знайти, її можна оцінити, аналізувати, підвести підсумки, якщо озирнутися у власне минуле, її можна побудувати тощо. Ми періодично і часто у буденності стикаємося з ситуаціями, коли усвідомлення власного життя допомагає нам приймати ті чи інші рішення.

Проаналізувавши значний обсяг літератури, присвяченої проблемам життєвого шляху, ми зібрали немало визначень даного поняття, про які буде вказано нижче. В усіх них розкривається той чи інший бік терміну «життєвий шлях», та чи інша особливість, прояв, складова. При побудові власного визначення ми виходили з того, що будь-яке поняття означає, пояснює, описує те чи інше явище психічного життя. Таким чином було поставлене питання – для опису, пояснення, означення чого потрібен новий термін «життєвий шлях»? Що такого є у психічному житті людини, для чого не підходять існуючі поняття?

Будь-яка людина живе, тобто: як біологічний організм – самооновлюється, самовідтворюється і саморегулюється, як соціальна істота – взаємодіє, вступає у відносини з іншими людьми, соціальними спільнотами, культурою. Але людина також і усвідомлює, сприймає, ставиться, переживає власне життя (й життя інших людей) як щось ціле, діє у ньому як у певній цілісності, змінює, вибудовує його як ціле. Вочевидь, таке усвідомлення впливає на саму людину і її життя, й, разом з тим, її активність відносно щодо власного життя як цілісності впливає на це усвідомлення, й також, фіксується у соціальному житті. Для означення описаних явищ психічного життя людини (активності і усвідомлення) й вводяться поняття «життєвий шлях» та «суб'єктивна картина життєвого шляху».

Систематичні вивчення життєвого шляху у психології почалися на початку XX століття. У 1906-1909 рр. Г. Хейманс досліджуючи особистість зібрав більше 100 біографій, на основі яких¹³, використовуючи статистичні методи обробки даних, виділив такі універсальні характеристики як емоційність, активність, дратівливість – реактивність. У 1918 році М. Рибніков [13; 26] у Москві публікує програмну статтю «Біографічний метод в психології». В якості першочергової проблеми науковець висуває систематичне вивчення і накопичення біографій, виділяючи в них історію «самої душі, її вражень, потрясінь й уподобань». На організаційному рівні він запропонував створення Біографічного інституту, основним завданням якого було б збереження біографій і створення життєписів різних соціальних шарів – робітників, службовців, купців тощо, а також виявлення спільного у психічному житті різних вікових груп цих шарів – сільських школярів, гімназісток, підлітків.

Можна говорити, що в даних підходах біографічний метод й самі біографії усвідомлюються як *інструмент або матеріал вивчення структури особистості*, зокрема у рамках характерології.

В дослідженнях Ш. Бюлер у 20-30 рр. вперше було сформульовано термін «життєвий шлях» [2], структурними одиницями якого визначалися події – внутрішні і зовнішні. Головною рушійною силою розвитку особистості, будування нею власного життєвого шляху було визначено інтенцію до самоздійснення як його підсумку, коли цінності й цілі людини отримують відповідну реалізацію. Основною специфікою самоздійснення вважається його залежність від вікового періоду. Сам розвиток особистості складається з трьох взаємозалежних складових: 1) об'єктивної логіки життя як послідовності зовнішніх подій; 2) зміни переживань цих подій; 3) результатів власної діяльності. Таким чином, дослідник має три лінії,

¹³ Окрім біографій досліджувалися дані 2000 респондентів за оригінальним опитувальником на 90 питань, розробленим сумісно з Е. Вірсмою

накладаючи які можна визначити загальне і специфічне особистісного розвитку людини.

Вивчаючи біографії представників різних соціальних шарів, Ш. Бюлер запропонувала 5-фазову концепцію життєвого циклу людини. Зміни фаз являють собою точки біфуркації, коли може змінюватися напрям розвитку.

Відзначимо, що паралельно з цим неявно розвивалася ідея життєвого шляху у психодинамічному напрямку психології. Так, наприкінці XIX – початку XX століть отримав поширення дослідницький напрям психобіографія, який пов'язують з засновником психоаналізу З. Фрейдом. Основною його ідеєю тут стало пояснення основних фактів життя особи, її вчинків з точки зору внутрішніх процесів, конфліктів і властивостей її когнітивної і емотивної сфер. В якості об'єктів беруться критичні, поворотні момент долі людини. Минуле людини у психобіографії є не об'єктивне реальне минуле, т.б. не самі по собі факти, але їх внутрішня суб'єктивна інтерпретація. Відбувається побудова власної історії через реконструкцію критичних життєвих подій, «життєвих сцен»¹⁴. Подальшому становлення психобіографії відбувається завдяки Е. Еріксону [14]. А. Адлер у своїх теоретичних побудовах використовував ідею лінії життя, яка спрямована на реалізацію життєвої мети, що структурується у життєвий стиль.

В середині 30-х років XX століття проблема життєвого шляху стала актуальною для Б. Ананьєва, в контексті його досліджень з характерології і С. Рубінштейна в рамках питання самосвідомості особистості¹⁵.

¹⁴ Досить слушним з цього приводу є термін «археологія суб'єкта» (П. Рікер)

¹⁵ Як вважають К. Абульханова і А. Брушлінський, вперше до проблеми життєвого шляху С. Рубінштейн звернувся у 1935 році, даючи одночасно позитивну і критичну оцінку праці Ш. Бюлер 1928 р. [56; с. 641]. Проте, вперше термін «життєвий шлях особистості» використовується в якості складової назви глави 20 «Основ загальної психології» у виданні 1946 року.

С. Рубінштейн пропонує формулу усвідомлення власного життєвого шляху:

чим я був? => що я зробив? => чим я став?

Людина, яка зробила щось значуще, стає іншою. Проте, вважає науковець, мова не йде про зведення історії людського життя до переліку зовнішніх справ. Сутність – в опосередкованості розвитку особистості її справами. В діяльності психічний, духовний розвиток не тільки виявляється, але й здійснюється [56, с. 642].

На відміну від попередньо розглянутої позиції, С. Рубінштейн пропонує аналізувати життя, життєвий шлях як ціле, але не сукупність подій, й в такому аспекті розглядати три типи життєвих відношень людини: відносини до предметного світу, ставлення до інших людей й самоставлення. Події тут виконують лише функції вузлових моментів, що визначають напрям життя на довгий період. Критичні ситуації пов'язуються ним з варіативністю життя.

В дещо іншому ключі бачить проблему життєвого шляху Б. Ананьєв¹⁶. В контексті власної теорії цілісного розвитку людини в єдиному життєвому циклі він виокремлює дві головні закономірності індивідуального розвитку людини – взаємозв'язки онтогенезу, як генетично програмованого перебігу індивідуального життя в біологічному часі, і життєвого шляху, що вибудовується за соціальними проектами історичного часу, датується історичними і біографічними подіями. «Життєвий шлях людини – це історія формування і розвитку особистості в певному суспільстві, сучасника певної епохи, ровесника певного покоління» [10, с. 90-91]

Онтогенез як послідовність біологічних фаз від народження до смерті виступає об'єктивним фактором життєвого шляху. Особистісна

¹⁶ З другої половини 40-х й до середини 50-х років проблема життєвого шляху в радянській психології не була актуальною. Таким чином, остаточно оформлена Б. Ананьєвим концепція вже у 60-х роках.

регуляція життя, планування життєвого шляху не можуть відбуватися без урахування природних строків життя, ступеня зрілості організму і мозку, обмежень здоров'я і вікових. Сама можливість суб'єктивної регуляції життєдіяльності виникає не відразу, а поступово, у міру дозрівання мозку і його функцій і, разом з тим, по мірі становлення в процесах соціалізації інтелекту, самосвідомості, характеру. Перш ніж стати суб'єктом, людина існує як об'єкт багатьох соціальних впливів. Співвідношення суб'єктивних і об'єктивних регуляторів життєвого шляху – важливе питання біографічних досліджень, пункт перетину психології та етики. Психологічний аспект відповіді на це питання полягає у вивченні механізмів суб'єктивної регуляції особистістю свого життя і таким чином власного розвитку.

Науковець певною мірою розділяє позицію Ш. Бюлер констатуючи фазний характер розвитку особистості в цілому. Проте, він вважає, що у Бюлер мова йде про складову життєвого шляху – соціальну активність. Тут він виділяє чотири фази – підготовчу, старт, пік, і фініш. Зокрема, перша фаза – підготовча, а безпосередньо життєвий шлях особистості починається від його включення у суспільне життя як самостійного діяча [там же, с. 134]. Визначення аналогічних фаз у випадку життєвого шляху особистості – справа значно складніша. Безперечно лише, що підготовчі фази співпадають [там же, С. 137].

У структурі життєвого шляху Б. Ананьєв виділяє події, обставини, соціальне середовище, власне середовище розвитку, індивідуальний спосіб життя й ін. Причому подія (значуща) є центральним елементом, під яким ним розуміється факт, що суттєво змінює середовище і соціальну ситуацію розвитку, спосіб життя, структуру особистості, стає роздільною лінією фаз життя.

У 70-х – 80-х роках проблематика життєвого шляху актуалізується насамперед у працях К. Абульханової, Л. Анциферової, Н. Логінової, Є. Головахи, О. Кроніка, Л. Сохань й ін.

Н. Логінова, розвиваючи ідеї Б. Ананьєва, основну увагу зосередила на розробці біографічного методу і методик [40]. Окрім того у сфері її інтересів щодо життєвого шляху опинилася проблема події у психології [39]. Подія, взагалі, є основною одиницею будь якого історичного процесу, у тому числі і біографії людини. Авторка стверджує, що «розуміння сутності події багато в чому визначає розуміння природи самого життєвого шляху в цілому [39]. Нею бачаться три групи подій у житті людини:

(1) події середовища, тобто дискретна змінна в обставинах її розвитку (життя), що трапилася не з волі й не за ініціативою суб'єкта. Це можуть бути макроподії, що відбуваються на рівні суспільства або великої спільноти, до якої належить людина, події у найближчому оточенні й т.з. «фатальні», що докорінно раптово змінюють її життя;

(2) події – поведінки людини у навколишньому середовищі, які Н. Логінова називає вчинками – одиницею суспільної поведінки людини. Вчинки вважаються обставинами в житті середовища, але у той же час, перетворюють умови розвитку самої людини. Вони не тільки слугують для досягнення конкретної мети, але й відкривають нові перспективи розвитку самого суб'єкта життя. С. Рубінштейн у [56; 642] писав «смілива людина вчиняє сміливо й благородна поводить себе благородно; але для того щоб стати сміливим, треба здійснити у своєму житті сміливі справи, й щоб стати дійсно благородним, – здійснити вчинки, які б наклали на людину цю печатку благородства»;

(3) події внутрішнього життя, або події-враження, які викликають довгі й інтенсивні переживання, які у свою чергу впливають визначення самим суб'єктом подальшого шляху власного життя.

Даний спосіб типологізації подій хоча й лежить в основі розмежування двох підходів, які В. Дружинін, аналізуючи проблему життєвого шляху, умовно назвав «московською» і «київською» школами «психології життя» [24, с. 26], у більш сучасних публікаціях Н. Логінової був частково переглянутий [42]. Дослідниця вводить новий термін «життєва подія», фіксуючи увагу не на загальних властивостях, а на її онтологічній специфіці. Це момент самовизначення особистості, з яким пов'язуються суттєві зміни в системі «Я» та у структурі мотивів. Життєві події мають характеристики: часу (короткотривалі – пролонговані), соціальної типовості – нетиповості, масштабу, контекстності – позаконтекстності, результативності. Однак, найбільш кардинальні зміни стосувалися введення у структуру життєвого шляху нової рівноположної до життєвої події одиниці дослідження – життєві обставини, і пов'язаний з ними конструкт життєвого вибору.

Тож можна бачити перехід до суб'єктивізації життєвого шляху. Таким чином, з запропонованого Б. Ананьєвим поняття вилучається суспільно-історичний і вводиться суб'єктивно-онтологічний контекст.

Основною специфікою підходів до життєвого шляху у 70-х – 80-х роках ми вбачаємо введення ідеї часу¹⁷. Зокрема, в підході К. Абульханової одним з значущих понять стає «своєчасність» як оптимальне узгодження часу діяльності із зовнішніми соціальними змінами, що вирішує протиріччя між часом особистісним і соціальним [6]. «Здатність особи регулювати, організовувати власний життєвий шлях як ціле, підпорядковане його цілям, цінностям є вищий рівень і істинна оптимальна якість суб'єкта життя» [6; с. 26], при цьому життєвий шлях особистості – *це те, що здатна вибудувати, створити з власного життя (з його необхідністю) сама особистість* (курсив О.В.) [3, с. 277]. Разом з

¹⁷ Саме у 70-х роках у СРСР розгортаються масштабні проекти з дослідження способу, якості і стилю життя радянської людини, зокрема, через визначення часу, що витрачається на різні його сфери (І. Бестужев-Лада, Т. Заславська й ін.).

оптимальною стратегією взаємодії особистості з суспільством існує три варіанти неоптимальних стратегій: 1) запізнення; 2) ігнорування; 3) квапливість. Таким чином стратегія життя як форма організації життєвого шляху пов'язується дослідницею з ефективністю регуляції соціального часу як ресурсу власної активності в умовах його ліміту або дефіциту. Індивід здатний до такої регуляції співвідносить власну активність з груповою, використовуючи свої ресурси / можливості лише за необхідності. Людина може сама як суб'єкт свого життя більшою чи меншою мірою включатися у соціальне життя. Причому, чим менше вона це робить, тим менш активною є її життєва позиція, що вважається негативним.

Полемізуючи з даним підходом, В. Дружинін відзначає [24, с. 47], що в усі часи соціальний час життя людини розподілявся між офіційним і неофіційним, «особистим». Проте значення даних частин життя і їх співвідношення в різні історичні часи, в різних культурах змінювалося. Саме сприйняття часу як скінченого ресурсу характеризує ставлення до життя як до цілого, а характер цього ставлення похідний від конкретних історичних умов. Тому постановка проблеми управління власним часом може розглядатися лише в одному з багатьох «варіантів життя».

Слід відзначити, що у перших працях, присвячених проблемі життєвого шляху [4; 5; 6], К. Абульханова розглядає життєвий шлях як конкретизацію життєдіяльності особистості, яка у свою чергу може розглядатися як процес вирішення ряду задач. Людина тут через систему соціальних стереотипів співвідносить себе з обставинами життя. Стереотипи жорстко задані і виступають в якості обов'язкових вимог, що визначають спосіб життя людини. Однак людина сама визначає лінію своєї життєдіяльності, виділяючи тільки ті обставини, які в значній мірі можуть впливати на його життя. У цьому полягає вибірковість. Отже людина не

завжди усвідомлює значимість подій і може пристосовуватися до обставин, які ніяк не впливають на його життя.

Включення обставин в хід свого життя є ознакою того, що індивід є суб'єктом власного життя [4]. Суб'єктивність виявляється і в способі інтерпретації дійсності. Тут важливу роль грають наслідки інтерпретації: чи змінюється позиція індивіда. Під позицією розуміється спосіб розв'язання суперечностей між об'єктивними і суб'єктивними відносинами. Вирішуючи життя як завдання, суб'єкт сам створює ситуацію невизначеності для того, щоб розв'язати цю проблему певним чином. Він вводить безліч можливостей і як суб'єкт виділяє єдину. Визначення життя як завдання підкреслює його індивідуальний характер, так як рішення задачі у кожного своє. При цьому окремі усвідомлювані індивідом обставини об'єднуються певним чином. Індивід не розглядається як окремий прояв дій, почуттів, свідомості і т. і.

Таким чином К. Абульхановою вводяться складові життєвого шляху – життєва позиція, життєва лінія, стратегія життя, життєва перспектива.

У подальшому різні аспекти запропонованого напрямку розвивалися й розвиваються В. Ковальовим, Л. Кубліцкене, Т. Березіною, Д. Карпінським й ін.

На наш погляд, даний підхід може бути охарактеризований наступною схемою, яка є по-суті розгортанням наведеної вище формули С. Рубінштейна:

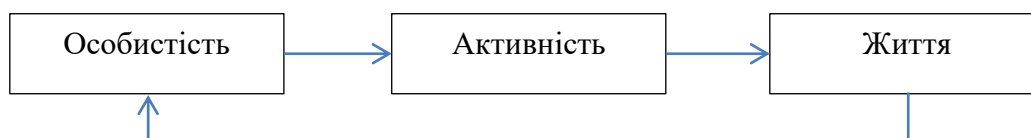


Рис. 2.15.

Центральним місцем досліджень життєвого шляху Є. Головахи, О. Кроніка стала «суб'єктивна картина життєвого шляху»¹⁸ і пов'язаний з нею психологічний час особистості [19]. Вони сконструювали методики, що дозволяють дати її формально-кількісну оцінку. Сам метод, що лежав у їх основі, був названий – каузометрія («вимірюю причини»). В міждисциплінарних дослідженнях життєвого шляху О. Кронік, з посиланням на В. Хомика і В. Ковальова, виділяє три аспекти: об'єктивний, суб'єктний і суб'єктивний. «Перший орієнтовано на прогноз майбутніх подій життя на основі типового життєвого розкладу представників соціальної групи, до якої особистість належить. Другий стосується прогнозу життєвого шляху на основі аналізу його картини в самосвідомості особистості і механізмів довготривалої саморегуляції. Третій аспект пов'язаний з прогнозом змін у самій суб'єктивній картині життя, виходячи з внутрішніх закономірностей її динаміки під впливом соціальних, природних, особистісних факторів. Для соціолога найбільший інтерес представляє перший аспект, для психолога – другий і третій, де в центрі уваги знаходяться власне психологічні регулятори життєвого шляху» [45; 247]. На думку О. Кроніка, центральним в психологічному дослідженні є третій аспект – без суб'єктивного минулого немає суб'єктивного майбутнього і об'єктивного теперішнього. Довгострокова регуляція майбутнього визначається стійкістю і динамікою картини життєвого шляху.

У середині 80-х років групою українських філософів, психологів і соціологів під керівництвом Л. Сохань¹⁹ було проведено дослідження життєвого шляху, у підґрунтя якого було закладено ідею про життя

¹⁸ Термін був запропонований Б. Ананьєвим, хоча подальших розробок у цьому напрямі він не проводив.

¹⁹ До групи входили О. Злобіна, В. Тихонович, І. Мартинюк, Р. Ануфрієва, Н. Соболева, О. Кісельова, М. Недашковська, І. Бекешкіна, О. Донченко, М. Шульга, В. Рибаченко, Л. Шкляр, В. Українець, Є. Головаха, Н. Паніна та О. Кронік. Дане дослідження було складовою більш масштабного 10-річного проекту вивчення способу і стилю життя.

людини як продукт її життєтворчості. Загальна логіка побудови дослідження була наступною. Людське життя є складним соціальним явищем, тому передбачає власну багатогранність. Його цілісність обумовлюється певними системотвірними елементами, серед яких центральне місце посідає соціальна активність суб'єкта життя як інтегруюча характеристика його життєдіяльності. Серед основних форм прояву соціальної активності дослідники насамперед виділяють *життєздійснення* і *життєтворчість*, яка носить як безпосередній, так і опосередкований характер. Опосередковано людина творить власне життя здійснюючи виробництво необхідних засобів життя. У безпосередньому вигляді життєтворчість передбачає осмислення людиною власного призначення, вироблення життєвої концепції і життєвого кредо, свідомий вибір життєвих цілей і оформлення їх у життєву програму, життєвий план тощо.

У соціально-психологічному механізмі життєздійснення особливе значення мають життєва подія і життєвий досвід, на основі яких і формуються етапи життєвого шляху особистості, розгортається об'єктивна картина життя [45].

В обговорюваному дослідженні також вперше у вивченні життєвого шляху ставиться питання його історизму²⁰, тобто зв'язок історії життя окремої людини з тією чи іншою історичною епохою. Більшістю дослідників такий зв'язок лише констатується, наприклад у вигляді колись поширеного в критичних оглядах шаблону «дитя своєї епохи». Динаміка життя особистості, розглянута у такому контексті, розгортається як результат рішення характерних протиріч конкретної історичної епохи в опозиції «людина – суспільство». Дослідниця пропонує визначити як провідне, що визначає динаміку життєвого шляху, протиріччя: «індивід як особистість» і «випадковий індивід».

²⁰ Ми не змогли знайти інші роботи, в яких би детально обговорювалася тема історизму життєвого шляху особистості

Окремої уваги заслуговує й підхід І. Кона до життєвого шляху як предмету міждисциплінарних досліджень [36]. Найважливіші процеси розвитку індивіда як особистості неможливо зрозуміти без урахування його взаємодії з іншими людьми і соціальними інститутами.

Змістовна характеристика процесів, властивостей і стадій індивідуального розвитку людини можлива або в системі онтогенезу, або в системі життєвого циклу, або в системі життєвого шляху. Однак ці системи не є рядоположними: життєвий шлях особистості включає в себе, вважає дослідник, життєвий цикл індивіда, а цей, в свою чергу, включає онтогенез. Знаючи відповідні біологічні та соціальні закони, можна досить точно передбачити, коли, в якому середньому віці середній індивід даного суспільства зіткнеться з тими чи іншими проблемами, яким чином ці проблеми пов'язані одна з одною, від яких чинників залежить глибина і тривалість її переживання і які типові варіанти її розв'язання. Проте розглядаючи життєвий шлях особистості, об'єктивні дані доведеться доповнити суб'єктивними – це можуть бути будь-які події її індивідуального життя. Таким чином, І. Кон виділяє п'ять складових дослідження життєвого шляху: (1) ні процес, ні кінцевий результат розвитку людини не можна вважати односпрямованими, що ведуть до того ж самого кінцевого стану; (2) людина розвивається від зачаття до смерті, причому пластичність, здатність до зміни, зберігається на усьому життєвому шляху, хоча й в різній мірі; (3) різні люди розвиваються вкрай неоднаково, це породжує безліч біосоціальних, і індивідуальних відмінностей; (4) розвиток у різних сферах життєдіяльності детермінується множинними факторами, які не зводяться до однієї-єдиної системи впливів; (5) людина не тільки продукт, але і творець свого власного розвитку. Щоб зрозуміти її життєвий шлях, необхідно враховувати безліч соціально-неструктурованих, випадкових життєвих подій, ситуацій і криз, а також тих способів, якими сама особистість дозволяє виникають перед нею завдання.

Новий сплеск наукової зацікавленості у проблематиці життєвого шляху виникає наприкінці 1990-х – початку 2000-х років, коли (1) марксистська парадигма у психології остаточно втратила свої чільні позиції і (2) відбулося проникнення психотерапевтичних і консультативних практик у теоретичну сферу. У цей період проходить критичний перегляд і переосмислення підходів до проблеми життєвого шляху, насамперед у рамках екзистенціальної і гуманістичної парадигм.

Так, В. Дружинін розглядає життя в контексті проблем екзистенційної психології [24]. Він спробував типологізувати «варіанти» життя, виділивши шість способів вибудовування життєвого шляху, які автор напівжартома називає: «життя як вступ до життя», «життя як сновидіння», «життя як витрата часу», «життя проти життя», «життя за правилами», «життя як досягнення» й «життя як творчість», «життя як предмет творчості». В якості основ для даної типології можна взяти три особистісні характеристики – спрямованість до- або від-життя, активність і креативність (див. рис.2.16).

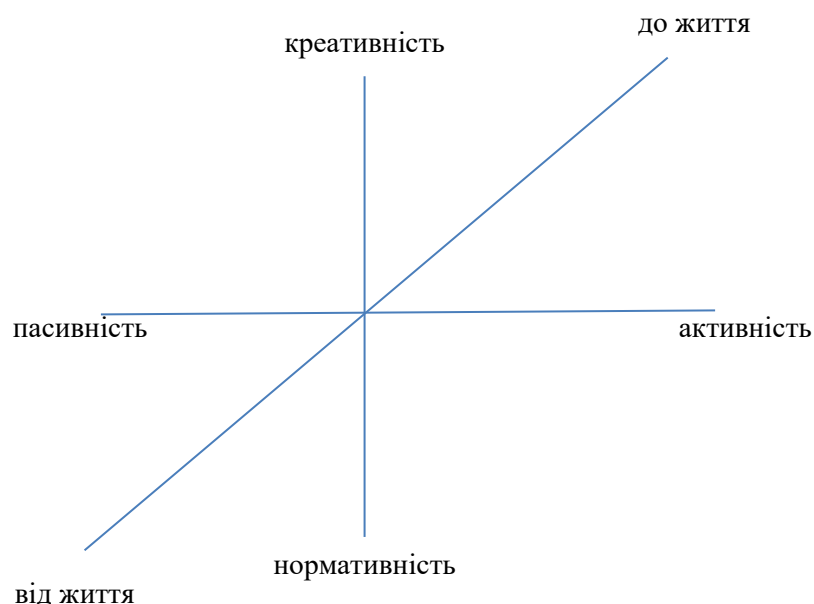


Рис. 2.16.

| <i>життя...</i> | | Креативність | Нормативність |
|-----------------|-----------|---|----------------------------------|
| Активність | До життя | <i>.. як творчість і життєтворчість</i> | <i>.. як досягнення</i> |
| | Від життя | <i>.. проти життя</i> | <i>.. за правилами</i> |
| Пасивність | До життя | <i>.. як сновидіння</i> | <i>.. як підготовка до життя</i> |
| | Від життя | | <i>.. як витрата часу</i> |

Рис. 2.17

Зі схеми можна бачити, що якщо оцінювати вказані бінарні характеристики в опозиції «добре – погано», приходимо висновку, що «найкращий» варіант життя є життя як творчість, та його вища ступінь життєтворчість або життя як предмет творчості. Творчість, пише В. Дружинін, це процес спонукуваний лише внутрішнім станом душі, це процес породження нової реальності, яка може бути осмислена іншими, т.б. потенційна складова людської культури. З точки зору екзистенційної психології, це процес протистояння *смерті* – як одній з базових проблем життєіснування людини²¹ (М. де Унамуно, І. Ялом й ін.).

Окремо розглядається автором випадок «життя проти життя». Основною проблемою тут є формування в людини вмінь, навичок і установок виживати, боротися за власне життя з агресивним середовищем, з ворогом, в тому числі вбивати, і заміщення ними вмінь, навичок і установок жити і розвиватися. В когось це розвивається з дитинства, в когось – в результаті змін у житті, що призвели до тривалого існування в ситуації виживання. Люди, що повертаються з війни фізично, досить довго залишаються у війні ментально. Більше того, частково у ситуації війни з цією людиною живе і її найближче оточення – дружина, діти. Стандартні варіанти життя у такій моделі – це кримінальний світ, найманець у «гарячі» точки світу, революціонер-терорист. У світі такої людини

²¹ разом зі свободою, ізоляцією, смыслом

зникають теперішнє і майбутнє. Її життя – постійне відтворення минулого (травмуючого), а єдиний спосіб позбавитися травми – зруйнувати світ, в якому це минуле відтворюється.

«Найгіршим» варіантами життя в поданій моделі вважається життя як витрата часу. В екзистенційному плані останнє – це життя як не-буття, тобто як смерть, коли відсутнє минуле та майбутнє, і нескінчене незаповнене нічим теперішнє. Повна свобода від зовнішньої дійсності. Основна проблема – як «вбити» час. Або, як часто відповідають сьогоднішні діти своїм батькам на їх претензії щодо сидіння за комп'ютером, планшетом, мобільним телефоном чи перед телевізором, «а я не знаю, що мені робити».

Аналізуючи наробки нашої проблеми представлені в останні роки []

У традиційно подієвому підході В. Панок пропонує загальну схему життєвого шляху (рис. 2.18) [50, 51; с. 147].

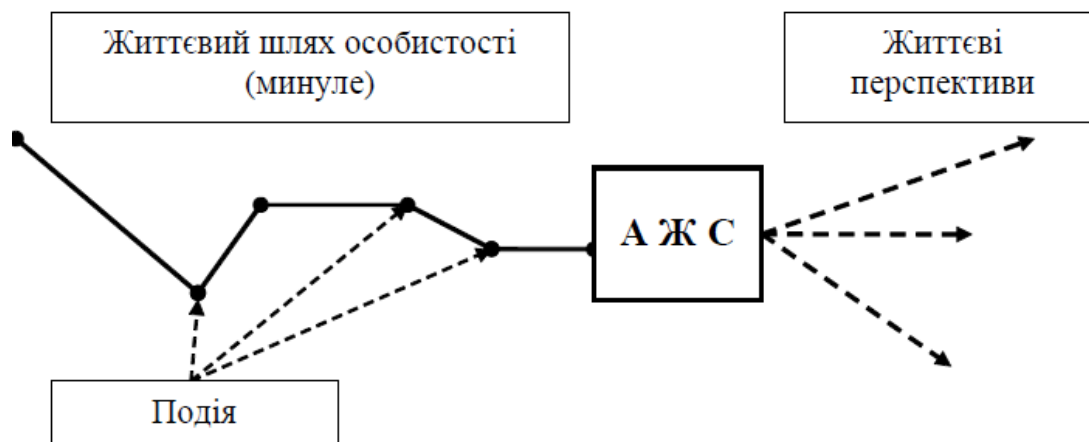


Рис. 2.18. Загальна структура життєвого шляху за В. Панком

Життєвий шлях особистості у баченні науковця являє собою індивідуально неповторну траєкторію складену з основних життєвих подій, що обумовили виникнення актуальної життєвої ситуації (АЖС) та вибір стратегії життя або сценаріїв поведінки, визначення життєвих перспектив у майбутньому як закінчення поточної і перехід до наступної АЖС.

Білоруський дослідник К. Карпинський, не тільки намагається розвинути ідеї К. Абульханової, але й проонує досить розгорнутий аналіз феноменів, пов'язаних з життєвим шляхом. На його думку, предметом даного напрямку є психологічні феномени, механізми і закономірності здійснення особистістю власного життя [43, с. 3].

Серед сучасних доробок проблеми життєвого шляху особливу увагу звертають на себе ідеї Т. Титаренко²², яка обґрунтовує введення нового бачення, у контексті постмодерністського дискурсу – «як темпорально артикульовану актуалізацію бажаної інтерпретації конструювання себе і свого життя» [61; с. 17]. Життєвий шлях не є єдиною можливою траєкторією життя, він втрачає односпрямованість, ієрархічність, лінійність, не є «асфальтованою дорогою» від народження до смерті. Дослідниця наводить метафору «особистісного гіпертексту», сукупність нелінійно пов'язаних між собою текстів – історій життя, що самоорганізуються відповідно до обраних сюжетів. Подібно до того, як Інтернет – користувач заходячи на певний сайт (наприклад, Вікіпедія), обирає шляхом сьорфінгу нелінійну сукупність відвідуваних ним сторінок.

Підсумки нашого аналізу психологічних досліджень ми представимо у вигляді списку основних розумінь поняття «життєвий шлях». Він визначається як:

- ✓ *інструмент та / або матеріал вивчення структури особистості*
- ✓ *продукт індивідуального життя особистості, в якому це життя об'єктивно зафіксовано*
- ✓ *система / процес встановлення відношень людини зі світом*
- ✓ *об'єктивні віхи розвитку особистості в історичному контексті суспільства, покоління, епохи*
- ✓ *цілеспрямована активність людини як суб'єкта власного життя*

²² Проблему особистісного досвіду з подібних позицій розробляє Н. Чепелева та її група [67].

- ✓ *об'єктивна психічна надбудова над соціальним життєвим циклом і біологічним онтогенезом в процесі розвитку особистості*
- ✓ *продукт специфічної діяльності особистості – життєтворчості*
- ✓ *продукт усвідомлення особистістю власного життя*

Як бачимо, життєвий шлях особистості в сучасному психологічному дослідженні виступає на рівнях:

- 1) структурного компоненту особистості (І. Кон);
- 2) продукту свідомості (З. Фрейд, О. Кронік, Т. Титаренко, В. Панок);
- 3) результату певної діяльності (Ш. Бюлер, Б. Ананьєв, Н. Логінова, Л. Сохань);
- 4) специфічної форми активності / діяльності (Г. Салліван, С. Рубінштейн, К. Абульханова, В. Панок);
- 5) об'єкта (матеріалу, інструменту, результату) дослідницької діяльності (Г. Хейманс, М. Рибніков, Т. Титаренко).

2.5. ЕКОЛОГО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ПОНЯТТЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

Життєдіяльність сучасної людини, є суттєвим фактором погіршення стану навколишнього середовища. Побутові відходи, що виникають в процесі задоволення наших потреб, складаються, в своїй значній частині, зі штучних матеріалів, які не можуть бути асимільовані природою. Ми використовуємо для господарських потреб хімічні речовини і сполуки, які потрапляючи у довкілля, змінюють природні властивості основних засобів життєзабезпечення - води, повітря, ґрунтів тощо. Тому актуальною проблемою екологічної психології є встановлення психологічного змісту, чинників і умов розгортання екологічної життєдіяльності людини. Для її вирішення важливо усвідомити психологічну сутність повсякденної життєвої активності, виявити чи існує специфіка її внутрішньої і зовнішньої детермінації, її структури і функцій як активності, що безпосередньо забезпечує високу якість навколишнього середовища. Виділення специфіки повсякденної життєдіяльності людини як предмета психологічного дослідження, психологічних особливостей екологічно орієнтованої життєдіяльності є метою цього дослідження.

Категорією життєдіяльності оперують суміжні з психологією науки - біологія і соціологія, що дозволяє шукати змістовні паралелі і відмінності в її застосуванні для цілей психологічного дослідження. У біологічних науках життєдіяльність вивчається як доцільна активність організмів, спрямована на природне середовище, заради здійснення життя. Тут підкреслюється залежність життя від природного середовища і зворотна залежність середовища від існування організмів та їх спільнот. Життєдіяльність виступає метаболічною активністю організмів, яка

створює і перетворює як саму живу субстанцію, так і природні умови її існування. Іншими словами, умова життя - це активність організму, яка не тільки бере ресурси з природи, але і повертає те, що необхідно природі, більш-менш пропорційно взятому. Якщо баланс отримання і віддачі ресурсів порушується, спрацьовують механізми життєдіяльності, які переводять взаємодію середовища і організмів на новий рівень. Таким чином, в життєдіяльності виникає єдність, «зрощення» організмів із довкіллям як запорука життя. Способом свого здійснення біологічна життєдіяльність маніфестує існування організмів як планетарну цінність.

Психологія розширює проблематику дослідження життєдіяльності представників живої природи, розглядаючи психіку як регулятивний механізм, включений у поведінку. Психічна регуляція поведінки підвищує ефективність взаємодії організму з середовищем як умови забезпечення їх єдності. Очевидно, що це механізм «досвідомий», який не має ознак суб'єктності, оскільки він еволюційно вбудований у процеси життєдіяльності.

Із виникненням та розвитком людства взаємозв'язки життєдіяльності людських індивідів із природним середовищем все більш втрачають свій безпосередній характер. Вони опосередковуються соціальними чинниками – виробничими, економічними, культурними, демографічними тощо. Практично всі прояви природного життя людини «одягнені» в культурні форми, які підкорені історичній динаміці, залежать від соціального устрою суспільства, рівня його економічного розвитку і відображаються в життєвому укладі людини чи спільноти. При цьому соціальне опосередкування життєдіяльності, її віддалення від безпосереднього її джерела - природи, аж ніяк не означає ослаблення її природної детермінації. Воно лише означає зміну зворотного впливу життєдіяльності на природне середовище. Життєдіяльність впливає на природу не лише як природне явище, тобто способами різноманітних природних «відправлень»

людей. Вона впливає дуже потужно всією сукупністю своїх соціально-культурних засобів, предметів і знарядь. Внаслідок цього втрачається відповідність, баланс того, що люди отримують з природного середовища і повертають до нього. Крім того, змінюється якість того, що повертається в природу. Продукти і відходи життєдіяльності, які повертаються в природу, не можуть бути асимільовані нею в силу своєї «неприродного», штучного походження. Саме ця обставина порушує баланс в системі «природа - людські популяції», руйнує єдність організму із довкіллям. Руйнування зовнішніх системних взаємозв'язків призводить до розпаду внутрішніх зв'язків у кожній підсистемі. З одного боку в людських популяціях збільшується число хвороб, пов'язаних з поганою екологією, з іншого боку руйнуються природні біогеоценози.

Соціально обумовлений характер людської життєдіяльності, її не збалансовані зв'язки із природним довкіллям диктують розгляд її психологічної структури по аналогії із структурою суспільно-необхідної предметної діяльності [4].²³ Психологічними складовими життєдіяльності, якщо трактувати її в рамках теорії діяльності О.М. Леонтьєва, є потреби, мотиви, цілі, умови їх досягнення, окремі діяльності, дії, операції. Наприклад, для отримання продукту, який задовольняє харчову потребу сучасної людини, їй слід, при наймі, відправитися до магазину, зробити безліч дій по пошуку та купівлі цього продукту, підготувати його до вживання та вжити за допомогою столових приборів.

Специфіка природної життєдіяльності людини у порівнянні з життєдіяльністю тварин полягає в тому, що всі її складові представлені у соціально-культурних формах. Уже потреби, що її спонукають, маючи органічну основу, кардинально відрізняються від тваринних потреб. Потреби втілюються у мотивах, які мають предметний зміст. Проміжні

²³ Зазначимо, що сама етимологія слова «життєдіяльність» як діяльності для життя фіксує можливість такої відповідності.

цілі, які формуються для отримання або створення предмета, що задовольняє потребу, умови, в яких вони досягаються також соціальні.

Важливою характеристикою діяльності є можливість зміни її структури. Діяльність може перетворитися на дію або операцію шляхом втрати свого мотиву, дія і операція можуть набути статусу діяльності, якщо знаходять окремий сенс. Взаємні перетворення типу діяльність-дії-операція і мотив-мета-умови відбуваються також в життєдіяльності. Структурна динаміка життєдіяльності, різноманітні трансформації її компонентів - (мотивів, цілей, умов) і їх зовнішніх проявів (діяльностей, дій, операцій) також обумовлені суспільно-історично. Культурні засоби і знаряддя, що опосередковують задоволення природних потреб в процесі історичного розвитку, стають все більш різноманітними в своїх функціональних, інтелектуальних, естетичних та інших характеристиках. Це зумовлює можливості зсуву мотиву на проміжні цілі, мотивування життєдіяльності безпосередньо цими засобами і знаряддями.

У сучасному суспільстві, яке є суспільством найскладніших технологій виробництва та споживання, структурна динаміка життєдіяльності прискорюється. Зовні це прискорення обумовлено явищем конкуренції, боротьбою за споживача. У такий боротьбі використовуються всі більш витончені методи і засоби впливу на особистість з метою спонукати її придбати товари, послуги, споживчі властивості яких далеко не завжди відповідають природним потребам людини. Завдяки таким засобам, виникають характерні зміни психологічної структури життєдіяльності у мас людей. В результаті «зсуву» мотиву на мету і умови діяльності з'являються такі форми життєдіяльності, які не спрямовані на задоволення природних потреб, а іноді просто перешкоджають їх задоволенню. Часто-густо ми їмо не те, що корисно, а те, що загорнуто у привабливу упаковку, носимо не досить зручний, але модний одяг тощо. Суспільство споживання демонструє

зацікавленість в таких структурних трансформаціях життєдіяльності, вводячи між природною потребою і продуктом, що її може задовольнити, безліч опосередкуючих ланок. Така стратегія розтягує і ускладнює процес задоволення природних потреб. Тому сучасні форми життєдіяльності ще менш екологічні, ніж ті, що передують їм в історичному процесі, вимагають значної кількості природних ресурсів для свого здійснення і повертають в природу все більшу кількість штучних відходів.

Відчуження людини від своїх природних потреб перешкоджає усвідомленню суб'єктивної цінності свого єства, а також природи як джерела життя, при збереженні об'єктивної залежності людини від неї. Сигналами цієї залежності, в умовах зміни природної структури життєдіяльності, виступають погане самопочуття і хвороби. Проте, усвідомлюючи проблеми зі своїм здоров'ям, людина не схильна шукати їх причини в нехтуванні своїми природними потребами і наполегливо організовує своє життя, не враховуючи можливості свого організму. Ми повною мірою усвідомлюємо свої природні потреби і їх зв'язок з природою лише тоді, коли життєдіяльність «оголюється», втрачає свої соціально-культурні форми в результаті природних або антропогенних катаклізмів.

Проблему не вирішує свідомо орієнтація людини на вибудовування своєї природної життєдіяльності шляхом повного підпорядкування мотивів, цілей, умов життєдіяльності тим природним потребам, які її спонукають. У сучасних умовах така життєва стратегія звужує сферу соціальної активності людини. Вона вимагає відмови від багатьох благ цивілізації, повернення в природу, постійної турботи про екологічну чистоту продуктів, одягу, житла, місця проживання, що вимагає значних зусиль і радикально змінює життєвий устрій та спосіб життя.

Що ж може протистояти вихолощуванню з життєдіяльності її природного, екологічного змісту? На наш погляд, таким засобом протистояння є розкриття природного потенціалу людини власне

людським способом, розгляд природного життєдіяльності як однієї із форм прояву соціальних і духовних відносин людини зі світом. Тільки в цьому випадку відносини з природою набувають якості справді людської єдності з нею.

Для з'ясування внутрішніх трансформацій природної життєдіяльності в умовах реалізації людиною своїх сутнісних, духовних сил, необхідно виділити специфіку змісту категорії життєдіяльності в соціальних науках, зокрема в соціології та соціальної психології.

У соціології поняття життєдіяльності визначається в контексті дослідження способу життя групи і особистості. Спосіб життя - це форми людської (індивідуальної і групової) життєдіяльності, типові для історично конкретних соціальних відносин. Як суб'єкт способу життя в соціології вивчаються великі соціальні спільноти, такі як соціальні класи, соціально-професійні та регіональні групи. Феномен способу життя досліджується через опис змістовних і структурно-динамічних характеристик видів життєдіяльності, пошук координаційних і субординаційних зв'язків між ними в різних спільнотах. До видів життєдіяльності, в яких реалізується спосіб життя, найчастіше відносять виробничу, освітню, побутову, дозвілєву, культурну, оздоровчу, громадську. Зміст видів життєдіяльності обумовлений соціально-економічними, політичними, культурно-етнічними чинниками і лише частково залежить від індивідуальних інтересів і мотивів [72].

У соціально-психологічних дослідженнях виявляються психологічні закономірності здійснення особистістю своєї життєзабезпечуючої активності. Саме виділення цих закономірностей як предмету наукового вивчення пов'язано з об'єктивною тенденцією підвищення ролі особистості в формуванні свого способу життя. В недалекому минулому спосіб життя, життєвий уклад виступав як своєрідна спадщина, отримана від попередніх поколінь, і регламентуюча активність особистості в його рамках. В

сучасних умовах підвищення економічної свободи і рівня добробуту великих груп людей, при базовій залежності життєдіяльності особистості від соціальних чинників, самі ці чинники відкривають можливості для особистості виступати суб'єктом свого способу життя. Така суб'єктність проявляється в побудові індивідуальної ієрархії видів життєдіяльності і наповненні кожного з них індивідуальним змістом. Безумовно, психологія визнає вихідну залежність способу життя особистості від соціальних чинників, виділяючи характеристики життєдіяльності особистості як суспільно організованого процесу. Однак, при цьому обґрунтовуються можливості суб'єктивної їх детермінації, теоретично і емпірично досліджуються феномени організації і регуляції особистістю свого способу життя [26].

В системі суб'єктивних детермінант способу життя центральне місце займає життєва позиція і ставлення особистості до свого життя. К.О.Абульханова підкреслює, що особистість включається в сукупність причин і наслідків свого життя не тільки як залежна від зовнішніх обставин, але і як така, що активно їх перетворює, більш того, як формує в певних межах позицію і лінію свого життя [6].

Методологічне значення для психології поняття особистості як суб'єкта життя було обґрунтовано С.Л.Рубінштейном, завдяки виділенню нових граней принципу детермінізму, до яких вчений привернув увагу в роботі «Людина і світ». «Рубінштейн розробляє принцип детермінізму в психології, згідно з яким особистість самовизначається по відношенню до зовнішніх умов і впливів і як суб'єкт життя активно перетворює їх» [55, с. 221]. Категорія суб'єкта, таким чином, розкривається не тільки як домінування внутрішніх умов детермінації суб'єктності людини над зовнішніми. Специфіка детермінації внутрішнього зовнішнім на рівні суб'єкта проявляється в процесах його самовизначення по відношенню до зовнішнього, в процесах саморуху, саморегуляції, саморозвитку

внутрішнього, які відбуваються на цій основі. В цілому, завдяки суб'єктної активності, людина виходить за межі визначених умов і ситуацій, піднімається над ними, формує в певних межах позицію і лінію свого життя [6].

Внутрішньою основою такої активності є власне людська система відношень суб'єкта до буття, яка включає практично-дієве, пізнавальне, етичне і естетичне ставлення. Вони втілюють сутність людини як центру буття, зрощують його з дійсністю, яка стає, завдяки цим відношенням, життєвим світом суб'єкта [37]. Суб'єкт здатний опановувати умови свого життя, будувати свій спосіб життя.

Ідея самовизначення суб'єкта життя, його орієнтації на будівництво життя за своїми внутрішніми основами та підставами, дозволяє ставити питання про осмислення людиною природної життєдіяльності як однієї з форм реалізації своїх відносин зі світом. Процес такої суб'єктної реалізації відбивається на психологічній структурі життєдіяльності. Тут природні людські потреби ніяким чином не втрачають своєї спонукальної сили, але змінюється зміст мотивів і цілей, в яких вони, за висловом О.М.Леонтьєва, «опредмечені». Предмети задоволення потреб, реальні або ідеальні, втілюють в собі ці власне людські пошуки і прагнення, їх вибір визначається життєвими відносинами, що виходять за рамки тілесності. Так харчова потреба втілюється у суто людських мотивах вибору їжі, яка дає енергію для творчої праці, змістовного дозвілля та стосунків, потреба в активності реалізується у виборі таких видів спорту, які не просто «ліплять» гарне тіло, а дозволяють пізнати та розвинути фізичні аспекти своєї особистості тощо.

Дещо іншим чином у такому разі будуються трансформаційні відносини «мотив-мета-умови». Цілеутворення суб'єкта підпорядковане вектору «потреба-мотив» і також виходить з логіки відносин суб'єкта зі світом. Зовнішня привабливість чи «брендовість» товарів споживання не є

визначальним чинником цілеутворення. Ці характеристики виступають, скоріш за все, у вигляді усвідомлюваних умов життєдіяльності, що впливають на операційний склад дій по досягненню цілей більш високого змісту. Про наявність зазначених структурних відносин між компонентами життєдіяльності сигналізує її особистісний смисл як відношення її мотиву до мети. Він полягає в тому, що у повсякденній життєдіяльності людина стверджує свою людську сутність.

Власне людський зміст життєдіяльності особистості визначає характер її взаємозв'язків із довкіллям. Природні ресурси життєдіяльності є необхідною умовою її включення в реалізацію життєвих відносин особистості як суб'єкта власного життя. Саме ця обставина повертає природність життєвій активності, звільняє її від нашарувань соціальних очікувань і атрибутів, які відчужують людину від своєї природи. Така активність можливо не встановлює баланс взятого від довкілля і того, що повертається у нього, але оптимізує процеси використання природних ресурсів. У природній життєдіяльності людини як суб'єкта свого життя міститься потенціал для встановлення справжньої людської єдності із природою.

Використані джерела

1. Beitrage zur speziellen Psychologie auf Grund einer Messenuntersuchung, "Z. Psychol.", 42, 43, 45, 46, 49, 51, 1906–1909 (сумісно з Wiersma E.);
2. The Course of Human Life: A Study of Goals in the Humanistic Perspective / ed. by C. Buhler, F. Massarik. N.Y., 1968
3. Абульханова К. А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. - СПб.: Алетейя, 2001. - 304 с.
4. Абульханова-Славская К. А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности // Психология формирования и развития личности. - М.: Наука, 1981. - С.29-45.
5. Абульханова-Славская К.А. О субъекте психической деятельности. – М., 1973.
6. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская – М.: Мысль, 1991. – 300с.
7. Абульханова-Славская К.А., Брушлинский А.В. Философско-психологическая концепция С.Л. Рубинштейна / К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский– М.: Наука, 1989. – 248 с.
8. Адлер А. практика и теория индивидуальной психологии. // Альфред Адлер. - М. : Академический Проект, Гаудеамус, 2015. - 240 с.
9. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. М., 1977. 380 с.
10. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2010. – 288 с.
11. Анциферова Л. И. Методологические проблемы психологии развития. В кн.: Принципы развития в психологии. М.: Наука, 1978
12. Бестужев-Лада И. В. Опыт типологии социальных показателей образа жизни // Социол. исслед. 1980. –

- 13.Боцманова М.Э., Гусева Е.П. Николай Александрович Рыбников (обзор архивных материалов) // Вопросы психологии, № 6, 1997. – С. 96-108.
- 14.Бусыгина Н.П. Психоаналитическая интерпретация как исследовательская стратегия // Консультативная психология и психотерапия, № 4, 2012. – С. 60-84
- 15.Вернадский В.И. Труды по всеобщей истории науки /В. И. Вернадский.- 2-е и зд.- М: Наука, 1988. – 336 с.
- 16.Власова О.І. Психологічна структура та чинники розвитку соціальних здібностей. // дис. ... доктора психологічних наук. - К., 2006 - 380 с.
- 17.Выготский Л.С. Исторический смысл психологического кризиса // Л.С.Выготский. Собр. соч. В 6 т. Т. 1. М.: Педагогика, 1982. С. 386-389.
- 18.Выготский, Л. С. История развития высших психических функций / Л. С. Выготский. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 336 с.
- 19.Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. – М. : Смысл, 2008. – 267 с.
- 20.Гуманистическая природа социалистического образа жизни.— К. : 1982.— 341 с.
- 21.Данченко Е. А., Сохань Л. В., Тихонович В. А. Формирование разумных потребностей личности,— Киев, 1984.— 223 с.
- 22.Диалектика общественного развития – М. : Наука, – 1987. – 558 с.
- 23.Дильтей В. Описательная психология / Пер. Е.Д. Зайцевой, под ред. Г.Г. Шпета. — Второе издание. — СПб.: Алетейя, 1996. — 160 с.
- 24.Дружинин В.Н. Варианты жизни. Очерки экзистенциальной психологии. – М. : ПЕР СС – СПб. : Иматон-М, 2000. –

- 25.Єрмаков І.Г. Життєвий проект особистості : від теорії до практики : практико зорієнтований посібник. / І.Г. Єрмаков, Д.О. Пузіков. – К. : Освіта України, 2007. – 212 с.
- 26.Жизненный путь личности (вопросы теории и методологии социально-психологического исследования) // Л.В.Сохань, Е.Г.Злобина, В.А.Тихонович и др., под ред. Л.В.Сохань. – К. : Наукова думка, 1987. – 281 с.
- 27.Змановская Е.В. Современный психоанализ. Теория и практика. – СПб. : Питер, 2011. – 283 с.
- 28.Из автобиографии Н.А. Рыбникова – одного из первых сотрудников психологического института // Вопросы психологии, № 1, 1994. – С. 11-26.
- 29.Каган М.С. Человек как проблема современной философии: очерки социальной антропологии / М.С. Каган. – Эл. ресурс : <http://anthropology.ru/ru/texts/kagan/man.html>
- 30.Казарова Т.В. Структура человеческой жизнедеятельности и исторический тип культуры // Татьяна Викторовна Казарова / дис... доктор философских наук, – М., 1999. – 345 с.
- 31.Карпинская Р.С. Человек и его жизнедеятельность: философско-публицистический очерк. – М. : Знание, 1988. – 63 с.
- 32.Карпинский К. В. Жизнедеятельность как форма активности субъекта жизни // Методология и история психологии. – Том 5. Выпуск 1. – 2010. – С. 184-202.
- 33.Кениг Э. В. Вундт: Его философия и психология / Пер. с нем. С. Штейнберга. СПб.: Ред. журнала "Образование", 1902.
- 34.Климчук В.О. Життєвий шлях особистості. Математичне моделювання за допомогою багатомірного шкалювання // Соціальна психологія – 2006. – №4(18). – С. 182-191.

- 35.Ковалев В.И. Психологические особенности личностной организации времени жизни: Автореф. дис. канд. психол. наук. – М., 1979.
- 36.Кон И.С. Жизненный путь как предмет междисциплинарного исследования // Человек в системе наук. — М., 1989.
- 37.Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. Изд. 2-е. / А.Н.Леонтьев – М.: Политиздат, 1977. – 304 с.
- 38.Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии // Леонтьев Алексей Николаевич. - М. : Смысл, 2000. - 512 с.
- 39.Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь // Принцип развития в психологии / Отв. ред. Л.И. Анцыферова. М.: Наука, 1978. С. 156—172.
- 40.Логинова Н.А. Биографический метод в свете идей Б.Г. Ананьева // Вопросы психологии, № 5, 1986. – С. 104-112.
- 41.Логинова Н.А. Жизненный путь человека как проблема психологии // Вопросы психологии, № 1, 1985. – С. 103-109.
- 42.Логинова Н.А. События, обстоятельства жизненного пути и развитие личности // Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы. Сборник научных статей../Учреждение образования "Гродненский гос. ун-т им. Я.Купалы"; науч. ред.: Н.А. Логинова, К.В. Карпинский.- Гродно : ГрГУ, 2012. - 433 с. –Ел. ресурс: <http://psihologia.biz/razvitiya-akmeologiya-psihologiya/udk-159n-loginova-sobyitiya-obstoyatelstva-36809.html>
- 43.Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник. — Видання друге, перероблене та доповнене. — Київ: «Центр навчальної літератури», 2004. — 272 с.
- 44.Маляров Н.А. Жизненный путь человека: определение и содержание понятия // Электронный научный журнал «Личность в меняющемся

- мире: здоровье, адаптация, развитие», № 2, 2013. – С. 8-21. Ел. ресурс: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznennyu-put-cheloveka-opredelenie-i-soderzhanie-ponyatiya>.
- 45.Маркс К. Экономико-философские рукописи // К. Маркс, Ф. Энгельс Из ранних произведений, М., Политиздат, 1956. – 690 с.
- 46.Марксистская концепция человека и образ жизни. – Владимир : Владимирский гос. пед. ин-т, 1985. – 126 с.
- 47.Маслоу А. Мотивация и личность // Абрахам Маслоу. - СПб. : Питер, 2011. - 352 с.
- 48.Непомнящая Н.И. Ценностность как личностное основание. Типы. Диагностика. Формирование. // Н.И. Непомнящая. - НПО «МОДЭК», 2000. – 176 с.
- 49.Образ жизни : Теоретические и методологические проблемы.— Киев, 1980.— 299 с. Стиль жизни личности ; Теоретические и методологические проблемы.— Киев, 1982,— 372 с.
- 50.Панок В.Г. Життєвий шлях особистості як категорія прикладної психології // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки. - 2014. - Вип. 2.12. - С. 146-151.
- 51.Панок В.Г., Рудь Г.В. Психологія життєвого шляху особистості: Монографія. – К. : Ніка-Центр, 2006. – 280с.
- 52.Петровский А.В., Ярошевский М.Г. История и теория психологии – Ростов-на-Дону : Феникс, 1996. – 416 с.
- 53.Подвойский Д.Г., Хайруллина Л.М. Социологические идеи Вильгельма Вундта // <http://www.nir.ru/sj/sj/sj2-01pod.html>
- 54.Репкин В.В., Репкина Н.В. Развивающее обучение: теория и практика. - Статьи. — Томск: Пеленг, 1997. — 288 с.
- 55.Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир / С.Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2003. – 512 с.

- 56.Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. –СПб. : Питер, 2004. – 713 с.
- 57.Салливан Г. Интерперсональная теория психиатрии. – СПб.: Ювента. М.: КСП, 1999. – 347 с.
- 58.Сериков Г.Н. Личный энергоресурс как основа жизнедеятельности человека // Вестник Южно-Уральского государственного университета. – № 1, том 6, 2014. – С. 7-19.
- 59.Социалистический образ жизни и всестороннее развитие личности, – К. : Наукова думка, 1978.— 343 с.
- 60.Суслова Е.А. Основнымодусиуровниорганизациизжизнедеятельности молодежи России и Республики Беларусь. Акмеологическая модель и границы ее применимости // Мир психологии. – №3, 2008. – С. 241-254
- 61.Титаренко Т.М. Життєвий шлях особистості в постмодерністському дискурсі / Т. Титаренко // Психологія особистості. - 2010. - № 1. - С. 11-18. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Рo_2010_1_4
- 62.Фрейд З. Психология бессознательного. // Зигмунд Фрейд. - СПб. : Питер, 2010. - 400 с.
- 63.Фрейджер Р., Фейдимен Дж. Личность. Теории, упражнения, эксперименты. – М. : Прайм-Еврознак, 2006. – 704 с.
- 64.Хашченко Н.Н. Социально-психологические факторы жизнедеятельности личности на экологически неблагоприятных территориях :Чернобыльский след // дис. ... канд. психол. наук. – М., 2002. – 190 с.
- 65.Хомик В.С. Деформация субъективной картины жизненного пути при ранней алкоголизации : Автореф. дис. канд. психол. наук. – М., 1985.

66. Hoppe, F. (2008). Methodology for the Assessment of the Level of Claims" Children Psycho Diagnostics, Encyclopedia of Psycho Diagnostics, p.624
67. Чепелева Н.В. Особистий досвід суб'єкта у контексті психологічної герменевтики / Н.В. Чепелева // Людина. Суб'єкт. Вчинок : Філософсько-психологічні студії. – К. : Либідь, 2006. – С. 280-302
68. Чуприкова Н.И. Психология умственного развития. Принципы дифференциации. - М. : АО "СТОЛЕТИЕ", 1997. - 480 с.
69. Швалб Ю.М.
70. Шептенко О. Б. Системная детерминация профессиональных установок в реальной жизнедеятельности (На материале педагогического труда) / Олеся Борисовна Шептенко : дис. ... канд. психол. наук. – Барнаул, 1998 – 150 с.
71. Эльконин Д.Б., Давыдов В.В. Вопросы психологии учебной деятельности младших школьников. - М.: Издательство Академии педагогических наук РСФСР, 1962. — 287 с.
72. Ядов В.А. Взаимосвязь социологического и социально-психологического подходов к исследованию образа жизни // Психология личности и образ жизни / Ядов В.А. – М.: Наука, 1987. – С. 89 – 92.

Розділ III. Емпіричні дослідження особистісних детермінант екологічно-орієнтованої життєдіяльності

- 3.1. Емпіричне дослідження ідентичності особистості
як чинника екологічності її життєдіяльності
(О. Рудоміно-Дусятська)**
 - 3.2. Емпіричне дослідження зв'язку самоконтролю,
вольової регуляції та екологічно-орієнтованої
життєдіяльності (Т. Кирпенко)**
 - 3.3. Сім'я як соціоекологічна система в просторі мегаполісу
(О. Вовчик-Блакитна)**
-

3.1. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИКА ЕКОЛОГІЧНОСТІ ЇЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

3.2.1. Організаційно-методичні засади дослідження

Аналіз проблеми ідентичності особистості під кутом зору підходів та завдань екологічної психології показав, що практично не вивченим у психології залишається вплив ставлення особистості до природно-предметного довкілля на розвиток уявлень про свою тотожність та відмінність від інших. Не вивченим також чи є зворотний вплив проявів ідентичності людини (соціальної та особистісної) на ставлення до довкілля і формування еколого-орієнтованої життєдіяльності. Актуальність вивчення таких взаємовпливів зумовила мету емпіричного дослідження, яка полягає у вивченні феноменології ідентичності з боку її проявів у зв'язках особистості із природно-предметним світом і виділення таких її проявів, які зумовлюють розгортання еколого-орієнтованої життєдіяльності.

На теоретичному етапі нашого дослідження, виходячи з наведених визначень, теоретично було обґрунтоване припущення про те, що саме розвинена особистісна ідентичність, зумовлює екологічність життєвої активності людини, оскільки уявлення про себе як неповторну індивідуальність допомагають протистояти тиску стандартів та вимог суспільства споживання.

Для перевірки цього припущення було організоване та проведене емпіричне дослідження психологічних механізмів реалізації особистісної та соціальної ідентичності як чинника екологічності / неекологічності повсякденної життєдіяльності людини.

На першому етапі дослідження треба було виділити референтні показники персоналізації та психологічного привласнення об'єктів життєвого оточення особистостями з відмінностями у змісті ідентичності. Виходячи з міркувань, викладених в процесі теоретичної розробки теми, показником персоналізації може виступати категоризація об'єктів життєвого оточення у термінах «унікальний-типовий», а показником психологічного привласнення - категоризація таких об'єктів у термінах «мій-чужий».

Таким чином, можна, по-перше, припустити, що для людини із розвиненою особистісною ідентичністю більш властива тенденція оцінки об'єктів життєдіяльності як унікальних, неповторних, для людини із розвиненою соціальною ідентичністю - як типових для груп, з якими вона себе ідентифікує. Якщо будуть виявлені такі відмінності, можна стверджувати наявність відмінностей у глибині персоналізації того, що оточує людину у її життєдіяльності.

По-друге, можна припустити, що для людини із розвиненою особистісною ідентичністю більш властива тенденція оцінки об'єктів як таких, з якими вона психологічно поєднана, як «моїх», для людини із розвиненою соціальною ідентичністю більш властива тенденція оцінки об'єктів як таких, з якими немає тісного психологічного зв'язку, як тією чи іншою мірою «чужих». Якщо будуть виявлені такі відмінності, можна стверджувати наявність відмінностей у глибині психологічного привласнення того, що оточує людину у її життєдіяльності.

В ході створення методичного інструментарію дослідження виникло питання систематизації об'єктів життєвого оточення, які людина оцінює за вказаними вище категоріями. Вирішуючи це питання на основі опрацювання відповідної літератури [27; 45], ми виділили рівні життєвого оточення людини, з якими вона постійно взаємодіє у своїй життєдіяльності. Вони отримали назву мікро-, мезо- та макросередовища

повсякденного життя. Критерієм такого рівневого розподілу виступала об'єктивна спроможність людини дієво перетворювати середовищні об'єкти в процесі життєдіяльності чи пристосовуватися до них, використовуючи їх можливості в той чи інший спосіб.

Першим з таких рівнів є життєве *мікросередовище* – об'єкти якого спроможні контролювати і перетворювати окремі люди та малі групи. До об'єктів, що наповнюють мікросередовище відносять: предмети вжитку, одяг, меблі, житлові приміщення, індивідуальні транспортні засоби, тощо.

Рівень життєвого *мезосередовища* – це безліч об'єктів, явищ життєвого оточення людини, що впливають на її функції, стани, властивості як біосоціальної істоти, але при цьому контролюються і перетворюються великими, найчастіше офіційними групами – організаціями. Об'єкти житлового мезосередовища: магазини, місця проведення дозвілля, житлові мікрорайони з їхньою інфраструктурою тощо.

Рівень життєвого *макросередовища* – природно-географічне середовище життя людини, суб'єктами збереження, контролю, перетворення якого є держава та державні органи, міжнародні організації, що представляють інтереси окремого регіону і людства загалом. Воно поділяється на земне, надземне, підземне, водне, підводне. До його об'єктів відносять територію держави і континенту, водні, підводні, підземні, повітряні простори, які зумовлюють багато аспектів людського життя.

Здійснивши процедури операціоналізації вихідних понять та обґрунтування емпіричних індикаторів досліджуваних явищ, ми можемо конкретизувати гіпотезу емпіричного дослідження про вплив змісту ідентичності особистості на екологічність/неекологічність її життєдіяльності у наступних робочих гіпотезах:

1). Існує тісний зв'язок між розвиненою особистісною ідентичністю та тенденцією персоналізувати та психологічно привласнювати людиною різнорівневі об'єкти її життєвого середовища. Така внутрішня активність є показником екологічно-орієнтованої життєдіяльності.

2). Розвинена соціальна ідентичність особистості не є безпосереднім чинником процесів персоналізації та психологічного привласнення людиною об'єктів її життєвого оточення як таких, що забезпечують екологічну орієнтацію життєдіяльності.

Для перевірки робочих гіпотез у дослідженні були використані наступні методики:

1. Тест двадцяти висловлювань М. Куна, Т. Макпартленда, для визначення рівнів особистісної та соціальної ідентичності;

2. Шкала для оцінювання об'єктів життєвого мікро-, мезо- та макросередовища за критерієм «унікальний-типовий».

3. Шкала для оцінювання об'єктів життєвого мікро-, мезо- та макросередовища за критерієм «мій-чужий».

Тест двадцяти висловлювань М. Куна, Т. Макпартленда [33], був застосований для вимірювання рівня вираженості особистісної та соціальної ідентичності особистості. Його суть полягає в наступному: досліджуваному дається стандартна інструкція згідно якої він має дати двадцять різних відповідей на питання “Хто Я?”, записавши їх у двадцяти чистих рядках. Обробка відповідей респондентів на запитання „Хто Я?” здійснювалась методом контент-аналізу. Всі відповіді було віднесено до однієї з двох категорій: об'єктивні чи суб'єктивні характеристики. До категорії *об'єктивних характеристик*, за визначеннями авторів методики, відносяться такі, які для розуміння їх сенсу не потрібно співвідносити з таким ж характеристиками інших людей, вони вміщують описи респондентами себе як членів різних соціальних груп, як виконавців

певних соціальних ролей. Приклад категорії об'єктивних характеристик: „студент”, „син”/ „дочка”, „водій”, „професіонал”, „мати”/ „батько” та ін.

До категорії *суб'єктивних характеристик* автори тесту відносять, наприклад, такі: „гарний”, „поганий”, „сміливий”, „добрий”, „сумний”, „веселий”, „гарна жінка”, „занадто товстий”, „дуже гарний студент” і т. ін. Тобто з формальної сторони можна сказати, що суб'єктивні характеристики складаються з прикметників, якими описує себе особистість, з іншої сторони, це такі характеристики, для розуміння вираженості яких потрібно співставити їх з таким ж характеристиками іншої людини.

Кількість об'єктивних та суб'єктивних характеристик, які людина використовує для самоопису свідчить про відповідний рівень вираженості *соціальної та особистісної ідентичності*. Обробка даних була здійснена шляхом підрахунку кількості об'єктивних та суб'єктивних характеристик, яку використовував респондент для опису себе, що відповідало рівням вираженості соціальної та особистісної ідентичності.

2. Для оцінки респондентами організації об'єктів середовища як типових чи унікальних. була розроблена 7 - бальна оціночна шкала. Досліджуваному необхідно було оцінити запропоновані об'єкти (чотири для кожного з трьох рівнів середовища: мікросередовище, мезосередовище, макросередовище) за критерієм «унікальний – типовий». При цьому сума оцінок в парі тверджень повинна дорівнювати 7 балам (наприклад, можливі комбінації оцінок: 7-0, 7-1,... 1-7, 0-7). Підраховувалась кількість балів, якими досліджуваний оцінив кожний об'єкт, групу об'єктів (за рівнем середовища) та загальну кількість об'єктів в цілому. Оцінювані об'єкти були розташовані на бланку у довільному порядку. Опитувальний бланк наведений у табл. 3.1.

Таблиця 3.1.

| Об'єкти | Унікаль-ний | Типо-вий | Загальна сума балів |
|--------------------------------|-------------|----------|---------------------|
| Одяг | | | 7 |
| Кімната, у який живеш | | | 7 |
| Ліжко | | | 7 |
| Подвір'я біля будинку | | | 7 |
| Письмовий стіл | | | 7 |
| Вулиця, на який живеш | | | 7 |
| Район, в якому живеш | | | 7 |
| Університет, в якому навчаєшся | | | 7 |
| Держава Україна | | | 7 |
| Планета Земля | | | 7 |
| Місто Київ | | | 7 |
| Європейський континент | | | 7 |

3. Для оцінки респондентами рівня привласнення-відчуження об'єктів середовища була розроблена 7 - бальна оціночна шкала. Досліджуваному необхідно було оцінити запропоновані об'єкти (які, відносяться до трьох рівнів середовища: мікросередовище, мезосередовище, макросередовище) за критерієм «мій – чужий». При цьому сума оцінок в парі тверджень повинна дорівнювати 10 балам (наприклад, можливі комбінації оцінок: 10-0, 9-1,... 1-9, 0-10). Підраховувалась кількість балів, якими досліджуваний оцінив кожний об'єкт, групу об'єктів (за рівнем середовища) та загальну кількість об'єктів в цілому. Опитувальний бланк наведений у табл. 3.2.

Таблиця 3.2.

| Об'єкти | Мій | Чужий | Загальна сума балів |
|-----------------------|-----|-------|---------------------|
| Одяг | | | 10 |
| Кімната, у який живеш | | | 10 |
| Ліжко | | | 10 |
| Подвір'я біля будинку | | | 10 |

| Об'єкти | Мій | Чужий | Загальна сума балів |
|--------------------------------|-----|-------|---------------------|
| Письмовий стіл | | | 10 |
| Вулиця, на якій живеш | | | 10 |
| Район, в якому живеш | | | 10 |
| Університет, в якому навчаєшся | | | 10 |
| Держава Україна | | | 10 |
| Планета Земля | | | 10 |
| Місто Київ | | | 10 |
| Європейський континент | | | 10 |

У основному дослідженні взяли участь 131 респондент – студенти Київського Національного Університету ім. Тараса Шевченка (78 – студенти механіко-математичного факультету та 53 – студенти історичного факультету). Вік досліджуваних - від 19 до 21 року. Були обрані студенти 3-4 курсів, тому що ті з них, хто проживає в гуртожитку, вже мали достатньо часу до адаптації у новому середовищі після переїзду з іншого міста, на відміну від студентів молодших курсів. Така включеність в середовище створює об'єктивні передумови для його освоєння у психологічному плані.,

Основному етапу передувало пілотажне дослідження, у якому прийняло участь 97 студентів тих самих факультетів КНУ. Це дало змогу удосконалити методичний інструментарій та процедури обробки даних.

Другий етап – безпосередньо етап збору даних, проводився протягом 2 тижнів. Опитування проводилось у першій половині дня. Студентам надавались стандартні інструкції щодо виконання завдань опитувальника.

Етапи емпіричного дослідження. На етапі збору інформації за допомогою методики «Хто Я?» визначалися показники розвитку особистісної та соціальної ідентичності, за допомогою оціночних шкал

визначалися показники оцінки об'єктів життєвого мікро-, мезо- та макросередовища за критеріями «унікальний – типовий» та «мій – чужий». На етапі обробки інформації обраховувалися показники центральної тенденції – середнє арифметичне та медіана (M , Me), показники розсіювання – стандарт відхилення (σ), непараметричні коефіцієнти кореляції та достовірності відмінностей між групами. За результатами обробки матеріалів дослідження були здійснені процедури аналізу та інтерпретації отриманих даних.

3.2.2. Обробка та аналіз результатів дослідження.

Тест двадцяти висловлювань М. Куна, Т. Макпартленда, „Хто Я?“

Для визначення рівня соціальної та особистісної ідентичності загалом по вибірці як міра центральної тенденції була використана медіана. Використання медіани, а не середнього арифметичного значення зумовлена тим, що медіана, на відміну від середнього, не чутлива до крайніх значень емпіричного ряду. Отримані дані представлені в табл. 3.3.

Як видно з таблиці 3, рівень соціальної ідентичності ($Me = 6$; $\sigma = 3,8$) у загальній вибірці студентів нижчий за рівень особистісної ідентичності ($Me = 12,5$; $\sigma = 5,7$).

Таблиця 3.3.

Рівень соціальної та особистісної ідентичності у досліджуваній вибірці

| | Соціальна ідентичність | Особистісна ідентичність |
|----------|------------------------|--------------------------|
| N | 131 | 131 |
| Me | 6,0 | 12,5 |
| Σ | 3,85 | 5,65 |

Наступним кроком ми розбили загальну вибірку на три підгрупи:

- група респондентів у яких по результатам тесту рівень особистісної ідентичності вищий за рівень соціальної ($O > C$) – 75 респондентів;
- група респондентів у яких рівень соціальної ідентичності вищий за рівень особистісної ідентичності ($C > O$) – 43 респонденти;
- група респондентів у яких рівень соціальної ідентичності дорівнює рівню особистісної ідентичності ($C = O$) – 13 респондентів. Узагальнені дані по групі представлені у табл.3.4.

Таблиця 3.4.

Рівень соціальної та особистісної ідентичності досліджуваних по групам: $O > C$; $C > O$; $C = O$

| Співвідношення вираженості соціальної та особистісної ідентичностей | Соціальна ідентичність (Me; σ) | Особистісна ідентичність (Me; σ) |
|---|--|--|
| $O > C$ | 4; 3,4 | 14; 4,9 |
| $C > O$ | 10; 4,2 | 6; 6,3 |
| $C = O$ | 7; 2,1 | 7; 2,3 |

7-бальна шкала для оцінювання об'єктів життєвого мікро-, мезо- та макросередовища за критерієм «унікальний-типовий».

Обробка даних, отриманих за методом суб'єктивного шкалювання по критерію „Унікальний-Типовий”, здійснювалася шляхом обрахунку середніх арифметичних (M) із суми показників та їх стандартних відхилень (σ) як по всіх категоріях об'єктів в цілому, так і по кожній категорії окремо.

Таблиця 3.5.

Середні значення оцінки об'єктів предметно-просторового середовища за критерієм „Унікальний-Типовий”

| Об'єкти | M | Σ |
|-----------------------|-----|----------|
| Одяг | 3,3 | 1,9 |
| Кімната, у якій живеш | 1,4 | 2,2 |

| Об'єкти | М | Σ |
|--------------------------------|-----|-----|
| Ліжко | 2,4 | 1,8 |
| Подвір'я біля будинку | 5,6 | 2,2 |
| Письмовий стіл | 1,4 | 2,4 |
| Вулиця, на якій живеш | 5,5 | 2,1 |
| Район, у якому живеш | 5,8 | 2,0 |
| Університет, в якому навчаєшся | 1,1 | 1,0 |
| Держава Україна | 1,8 | 1,9 |
| Планета Земля | 0,7 | 1,5 |
| Місто Київ | 1,8 | 1,9 |
| Європейський континент | 1,8 | 1,8 |

Так як дані оцінки об'єктів за критерієм „Унікальний-Типовий” підраховувались за 7-ми бальною шкалою, де 0 – це максимальне значення унікальності, а 7 – максимальне значення типовості, то, відповідно, менші значення в представленій таблиці відповідають оцінці «унікальний», а більші значення – оцінці «типовий».

Як бачимо об'єкти мезосередовища оцінюються досліджуваними як більш типові, об'єкти мікросередовища та макросередовища як унікальні. Найбільш унікальним в оцінках виступає планета Земля.

Таблиця 3.6.

Узагальнені середні значення оцінки об'єктів різних рівнів просторово-предметного середовища як „Унікальних” чи „Типових”

| Рівні середовища | Унікальний-Типовий | |
|------------------|--------------------|------|
| | М | σ |
| Мікросередовище | 2,1 | 2,03 |
| Мезосередовище | 4,5 | 2,10 |
| Макросередовище | 1,5 | 1,78 |

Для визначення наявності чи відсутності статистично значимих відмінностей у середніх між оцінкою об'єктів як унікальних чи типових на різних рівнях середовища ми застосовували t – тест для незалежних вибірок. Результати застосування тесту показали значиму різницю ($p = 0,01$) між рівнями макросередовища та мезосередовища, рівнями мезосередовища та мікросередовища у оцінці об'єктів як унікальних чи типових.

Для визначення зв'язків між оцінкою об'єктів предметно-просторового середовища як унікальних чи типових та проявами особистісної та соціальної ідентичності особистості був обрахований коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

Таблиця 3.7.

Кореляційні залежності між змінними «Оцінка середовища як унікального чи типового» та «Рівень особистісної ідентичності»

| | |
|--|---------|
| Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена | - 0,640 |
| N | 131 |
| Значимість | 0,037 |

Як видно з табл 7, існують значимі зв'язки (рівень значущості $p = 0,05$) між рівнем особистісної ідентичності та оцінкою об'єктів середовища як унікальних. Спостерігається наступна тенденція: чим більш унікальним оцінюють респонденти об'єкти предметно-просторового середовища, тим вищі показники рівня їх особистісної ідентичності. Від'ємне значення коефіцієнта кореляції зумовлено тим, що шкала за якою вимірювався рівень вираженості особистісної ідентичності є зростаючою, а шкала унікальності-типовості спадаючою.

Як бачимо з табл. 8, зв'язки між рівнем вираженості соціальної ідентичності та оцінкою респондентами організації об'єктів середовища як унікальних чи типових не є значущими.

Таблиця 3.8.

Кореляційні залежності між змінними «Оцінка середовища як унікального чи типового» та «Рівень соціальної ідентичності особистості»

| | |
|---|-------|
| Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена | 0,135 |
| N | 131 |
| Значимість | 0,295 |

10-бальна шкала для оцінювання об'єктів життєвого мікро-, мезо- та макросередовища за критерієм «мій-чужий».

Обробка даних, отриманих за методом суб'єктивного шкалювання по критерію „Мій-чужий”, здійснювалася шляхом обрахунку середніх арифметичних (М) із суми показників та їх стандартних відхилень (σ) як по всіх категоріях об'єктів в цілому, так і по кожній категорії окремо.

Для визначення зв'язків між оцінкою об'єктів предметно-просторового середовища за шкалою « мій - чужий» та проявами особистісної та соціальної ідентичності особистості був обрахований коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

Таблиця 3.9.

Середні значення оцінки об'єктів предметно-просторового середовища за критерієм „Мій-чужий”

| Об'єкти | М | σ |
|-----------------------|-----|----------|
| Одяг | 8,7 | 1,8 |
| Кімната, у якій живеш | 7,2 | 2,4 |
| Ліжко | 7,9 | 1,8 |
| Подвір'я біля будинку | 2,6 | 1,2 |
| Письмовий стіл | 6,7 | 2,3 |
| Вулиця, на якій живеш | 3,5 | 2,1 |
| Район, у якому живеш | 3,0 | 1,3 |

| | | |
|--------------------------------|-----|-----|
| Університет, в якому навчаєшся | 7,4 | 1,3 |
| Держава Україна | 7,2 | 1,9 |
| Планета Земля | 5,5 | 1,3 |
| Місто Київ | 6,5 | 1,7 |
| Європейський континент | 5,6 | 1,6 |

Як бачимо з таблиці, об'єкти мікросередовища: одяг, кімната, в якій живеш, ліжко, письмовий стіл та макросередовища: Київ, Україна, Європейський континент, Планета Земля більше привласнюються особистістю, ніж об'єкти мезосередовища: подвір'я, вулиця, на якій живеш, район, в якому живеш. Для об'єктів мезосередовища навпаки характерні тенденції до меншого привласнення.

Якщо привласнення об'єктів мікросередовища можна дійсно пояснити через можливість активно їх організовувати та перетворювати, як зазначають представники середовищної психології, то привласнення об'єктів макросередовища змушує замислитись. Адже предметно-практична діяльність на цьому рівні недоступна для окремої особистості. Можливо пояснення отриманим результатам можна знайти через активну внутрішню діяльність (мислення, уява тощо) щодо цих об'єктів.

Цікавим і важливим є той факт, що ми отримали низьки показники привласнення об'єктів мезосередовища. Аналіз цих результатів дає змогу пояснити екологічну проблему міста, його забрудненість тощо. Детальніший аналіз буде представлений нижче.

В таблиці 10 наочно представлена різниця між категоризацією об'єктів, що відносяться до різних рівнів середовища. Досліджувані схильні більше привласнювати об'єкти мікросередовища ($M = 7,6$, $\sigma = 2,13$) та макросередовища ($M = 6,2$, $\sigma = 1,65$) і, та менше привласнювати ($M = 4,1$, $\sigma = 1,53$) об'єкти мезосередовища.

Таблиця 3.10.

Узагальнені показники середнього по оцінці об'єктів різних рівнів просторово-предметного середовища як „Моїх” чи „Чужих”

| Рівні середовища | Мій – чужий | |
|------------------|-------------|----------|
| | М | σ |
| Мікросередовище | 7,6 | 2,1 |
| Мезосередовище | 4,1 | 1,5 |
| Макросередовище | 6,2 | 1,7 |

Для визначення наявності чи відсутності статистично значимих відмінностей у середніх між оцінкою об'єктів як моїх на різних рівнях середовища ми застосовували t – тест для незалежних вибірок. Результати застосування тесту показали значиму різницю ($p = 0,01$) між рівнями мікросередовища, макросередовища та мезосередовищем у оцінці їх як «моїх». Іншими словами результат застосування тесту показав дійсно наявність описаної вище різниці у оцінці об'єктів різних рівнів середовища.

Наступним кроком була перевірка зв'язку між оцінкою об'єктів предметного середовища за критерієм «мій – чужий» та проявами ідентичності особистості шляхом розрахунку коефіцієнтів рангової кореляції Спірмена.

Як видно з таблиці 11, існує значимий (рівень значущості $p = 0,05$) середній за інтенсивністю прямий зв'язок між змінними привласнення об'єктів середовища та рівень особистісної ідентичності особистості. Дані, отримані за допомогою кореляційного аналізу підтверджують наше припущення про те, що привласнення оточуючого середовища, як індикатор екологічності життєдіяльності (високого рівня активності по організації, перетворенню, впорядкуванню життєвого середовища) пов'язано з високим рівнем особистісної ідентичності особистості.

Таблиця 3.11.

Кореляційні залежності між змінними «Мій- чужий» та «Рівень особистісної ідентичності»

| | |
|---|-------|
| Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена | 0,610 |
| N | 131 |
| Значимість | 0,051 |

Перевіримо чи існує зв'язок між рівнем привласнення об'єктів просторово-предметного середовища та рівнем вираженості соціальної ідентичності.

Таблиця 3.12.

Кореляційні залежності між змінними «Мій - чужий» та «Рівень соціальної ідентичності»

| | |
|---|-------|
| Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена | 0,117 |
| N | 131 |
| Значимість | 0,435 |

Як бачимо, результати кореляційного аналізу показують відсутність значимих взаємозв'язків між змінними соціальна ідентичність та оцінкою об'єктів за критерієм «Мій – чужий». Виходячи з того, що в якості об'єктів для оцінки були запропоновані об'єкти різних рівнів життєвого середовища: мікросередовище, мезосередовище, макросередовище та беручи до уваги попереднє визначення наявності відмінностей у привласненні-відчуженні об'єктів, що належать до різних рівнів середовища (табл. 9, табл. 11), порахуємо та проаналізуємо окремо кореляції між змінними «особистісна ідентичність особистості» та «привласнення об'єктів просторово-предметного середовища» по трьом рівням середовища. Нагадаємо, що показники середнього арифметичного (М) свідчать про те, що особистість схильна більше привласнювати

об'єкти мікросередовища та макросередовища, а відчужувати – мезосередовища (винятком є такий об'єкт як університет).

Таблиця 3.13.

Кореляційні залежності між змінними «Мій – чужий» для об'єктів мікросередовища та «Рівень особистісної ідентичності»

| | |
|---|-------|
| Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена | 0,790 |
| N | 131 |
| Значимість | 0,004 |

Як видно з отриманих результатів, існує значима висока кореляція ($p = 0,01$) між оцінкою особистістю об'єктів мікросередовища за критерієм «Мій – чужий» та рівнем її особистісної ідентичності. Тобто тенденція до психологічного привласнення особистістю об'єктів просторово-предметного мікросередовища пов'язана з вираженістю її особистісної ідентичності.

Таблиця 3.14.

Кореляційні залежності між змінними «Мій – чужий» для об'єктів макросередовища та «Рівень особистісної ідентичності»

| | |
|---|-------|
| Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена | 0,446 |
| N | 131 |
| Значимість | 0,035 |

Між змінними «оцінка об'єктів макросередовища за критерієм «Мій – чужий» та «рівень особистісної ідентичності особистості» також існує значимий ($p = 0,05$) прямий зв'язок, щоправда нижчий за зв'язок з організацією мікросередовища. Такі дані можуть свідчити про те, що безпосереднє оточення людини з розвиненою особистісною ідентичністю психологічно привласнюється більш активно, ніж макросередовище.

Таблиця 3.15.

Кореляційні залежності між змінними «Мій – чужий» для об'єктів
мезосередовища та «Рівень особистісної ідентичності»

| | |
|---|-------|
| Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена | 0,145 |
| N | 131 |
| Значимість | 0,037 |

Дані отримані в результаті обрахування кореляційних зв'язків показують досить низький, але значущий ($p = 0,05$) показник кореляції між змінними. Причиною такого низького зв'язку між змінними може бути взагалі низький рівень активності по організації об'єктів мезосередовища респондентами, як ми бачили з аналізу середніх (табл. 9 та 11), що може, до речі, впливати на їх знеособленість для особистості.

Таким чином, результати обробки даних емпіричного дослідження підтверджують висунуті робочі гіпотези щодо наявності таких відмінностей у проявах особистісної та соціальної ідентичності (персоналізації та психологічного привласнення об'єктів життєвого оточення), які зумовлюють екологічність життєдіяльності у першому випадку і неекологічність у другому. Існує тісний зв'язок між сталим переживанням особистісної чи соціальної ідентичності, певною активністю у персоналізації об'єктів життєвого середовища та ступенем їх психологічного привласнення. Суб'єкти із розвиненою особистісною ідентичністю персоналізують своє життєве оточення шляхом створення його індивідуально-неповторного вигляду і на цій основі більш активно психологічно привласнюють його. Саме така активність є запорукою і виявом екологічності їх життєдіяльності.

Висновки

В цілому за результатами проведеної роботи можна зробити наступні висновки.

Визначено поняття екологічно-орієнтованої життєдіяльності як повсякденної життєзабезпечуючої активності людини, що не шкодить довкіллю та підкреслена роль процесів самосвідомості в організації такої життєдіяльності.

Підтверджена загальна гіпотеза дослідження про те, що чинником самовизначення у реалізації екологічно-орієнтованої життєдіяльності може бути розвинена ідентичність особистості.

Виділені два основних аспекти ідентичності – соціальна ідентичність, орієнтована на визначення себе в термінах соціальних категорій та груп і особистісна ідентичність, орієнтована на визначення себе в термінах унікального досвіду людини. Встановлені універсальні прояви ідентичності особистості у її повсякденній життєдіяльності, якими є персоналізація і психологічне привласнення об'єктів життєвого оточення.

Розроблена емпірична модель дослідження та емпірично перевірені та підтверджені робочі його гіпотези щодо наявності таких відмінностей у проявах особистісної та соціальної ідентичності (персоналізації та психологічного привласнення об'єктів життєвого оточення), які зумовлюють екологічність життєдіяльності у першому випадку і неекологічність у другому.

Представлений оригінальний методичний інструментарій, який може бути застосований в цілях наукового аналізу, прогнозу, корекції та розвитку певних аспектів самосвідомості особистості.

3.2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ САМОКОНТРОЛЮ, ВОЛЬОВОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ТА ЕКОЛОГІЧНО-ОРІЄНТОВАНОЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Сьогодні з усією очевидністю стоять проблеми екологізації свідомості людей, формування екологічної культури і становлення екологічно-орієнтованої життєдіяльності особистості. В цілому екологічна спрямованість особистості характеризує рівень ціннісної орієнтації особистості і перегукується з аспектами екологічного відношення людини. Екологічно-орієнтоване ставлення особистості послідовно пов'язане з про-екологічною поведінкою (Buttel 1987 ; Kaiser et al., 1999 ; Dunlap et al., 2000) [31]. Екологічне ставлення є посередником у зв'язку між впливом на навколишнє середовище та екологічно-орієнтованою поведінкою (Whitmarsh 2008) [13]. Проте емпіричні дослідження, які перевіряють взаємозв'язок між впливом шкоди навколишньому середовищу, екологічним наслідкам та поведінці, є досі обмеженими.

Провідними в ієрархії цінностей, що обумовлюють екологічно-орієнтовану поведінку, є: природа як джерело здоров'я, знань, емоційного підйому і настрою, прагматичні цінності. Якщо співвідносити ці показники з компонентами екологічної спрямованості особистості, то виявиться збіг цінностей з гностичним, праксичним, емоційно-естетичним і альтруїстичним компонентами екологічної спрямованості, що релевантно компонентам екологічної свідомості. Ю.М. Швалб [46] запропонував поняття екологічної взаємодії, як такої, що створює двосторонні умови для розвитку всіх значущих компонентів системи. Найбільш високий рівень взаємодії той, коли створюються умови для особистісного і професійного розвитку.

Екологічна свідомість – рівень детермінованого психічного відтворення природного і штучного середовища, свого внутрішнього світу, саморефлексія місця і ролі людини у біологічному, фізичному та хімічному світі, а також саморегулювання та наповнення цього відтворення екологічним змістом. Екологічній свідомості притаманні всі ознаки усвідомленої діяльності людини. До неї належать цінності, сенси, домінуючі установки, соціальні стереотипи, персональні бажання і прагнення.

Дослідники намагалися виявити риси особистості, пов'язані з високими екологічними проблемами, екологічною свідомістю та екологічно-орієнтованою поведінкою. Було виявлено, що сумлінність, екстраверсія, відкритість до досвіду та узгодженість вимірів п'ятифакторної моделі особистості були пов'язані з екологічними відносинами (McCrae & Allik, 2002; McCrae & John, 1992) [7]. В іншому дослідженні було встановлено, що проекологічна поведінка була позитивно пов'язана з невротизмом, тоді як не екологічна була позитивно пов'язана з психотизмом (Wiseman & Bogner, 2003) [13].

До психологічних змінних, що впливають на екологічні установки, Мілфонт (2007) [31] зробив огляд усіх змінних і прийшов до висновку, що особистості з внутрішнім контролем локусів, які, як правило, ведуть себе соціально бажаним чином, а також добросовісними та орієнтованими на майбутнє, а ті які володіють цінними ознаками трансцендентності, більш схильні виражати про екологічні установки. Також деякі з зарубіжних досліджень дійшли висновку, що внутрішній локус контролю, а не зовнішній локус контролю, пов'язаний з оточенням та навколишнім середовищем (Hines, Hungerford, & Tomera, 1987; Pettus & Giles, 1987) [31].

Важливим напрямком еколого-психологічних досліджень є визначення закономірностей та особливостей психологічних аспектів екологічно-орієнтованої життєдіяльності, прогнозування процесів життєдіяльності в кризових (екстремальних) умовах, адаптація особистості

тощо. Екологічно-орієнтована життєдіяльність відображає реальні соціально-психологічні явища та процеси особистості як суб'єкта у повсякденному житті.

Поняття «життєдіяльність» людини згідно словнику - це спосіб її існування, та нормальна буденна діяльність і відпочинок. Життєдіяльність протікає у постійному контакті із середовищем. Тобто, це різноманітні форми активності (діяльність, вчинки, спілкування, окремі дії) особистості як суб'єкта. Це поняття включає соціальні, економічні, політичні, соціально-психологічні, екологічні, етнічні аспекти життєдіяльності особистості [22].

В дослідженнях, присвячених різним аспектам життєдіяльності особистості, що перебуває в різноманітних екологічних умовах, це поняття дає можливість більш повно відобразити реальні соціально-психологічні процеси та явища людини, як суб'єкта життя. Важливим аспектом вивчення життєдіяльності людини в психології виступає питання адаптації особистості до тих чи інших мінливих умов навколишнього середовища [29].

Суб'єктом життєдіяльності виступає особистість, якісною характеристикою якої є здатність контролювати свою активність, що дає можливість управляти своїми психічними процесами і станами, своєю життєдіяльністю загалом. Було виявлено, що воля має сильний вплив на всю життєдіяльність людини. Вона визначає характер переживання людиною власних дій, визначає, яким чином ми сприймаємо навколишній світ, спрямовує вибір діяльності людини. Саме особистість приймає рішення про дії. Однак необхідними умовами для здійснення такого роду дії стають також усвідомлення ситуації в цілому, зміна значень для себе різних факторів і здатність діяти відповідно до цих значень [29].

Таким чином, вольові процеси знаходяться на стику когнітивних і мотиваційних процесів і мають відношення до саморегуляції поведінки.

В рамках ресурсного підходу воля ототожнюється з самоконтролем і саморегуляцією. Воля розглядається як особлива здатність контролювати і регулювати власну поведінку. Особливо підкреслюється адаптивна значимість самоконтролю, що дозволяє людині виконувати складні соціальні завдання. Оскільки контроль і регуляція є складними процесами, їх здійснення викликає витрати внутрішніх енергетичних ресурсів.

У своїх пізніх роботах Р. Баумейстер [31] і його колеги пропонують розмежовувати поняття самоконтролю та саморегуляції за наступним принципом. Самоконтроль передбачає здатність до зміни своєї поведінки відповідно до стандартів з ідеалами і правилами. Саморегуляція ж являє собою гомеостатичний процес (наприклад, підтримання температури тіла) [Baumeister at al., 2007]. Проте поняття сили волі (willpower), самоконтролю та саморегуляції чітко не розмежовуються, а їхні психологічні механізми не розкриваються [31].

Вольова регуляція діяльності має місце лише тоді, коли людина сама свідомо оцінює цілі життєдіяльності як особистісно значущі. В процесі освоєння різних видів діяльності у людини складається стійкий спосіб організації вольових дій, який проявляється як у формі окремих вольових якостей особистості, так і в формі індивідуального стилю вольової регуляції, який передбачає певне співвідношення вольових якостей. На відміну від інших індивідуальних особливостей особистості вольові якості проявляються виключно в особистісно значущих ситуаціях. В різних дослідженнях воля трактується як універсальна суб'єктна характеристика, як необхідна умова реалізації життєдіяльності особистості.

Вольові якості особистості розглядаються як сплав вродженого і набутого, як фенотипична характеристика наявних можливостей людини. У вольових якостях поєднуються моральні компоненти волі, які формуються в процесі виховання, і генетичні, тісно пов'язані з типологічними особливостями нервової системи.

Проведений теоретико-методологічний аналіз дослідження показав, що практично не вивченим є вплив вольових якостей особистості на екологічно-орієнтовану поведінку. Так, введення поведінкового контролю, що сприймається (PBC) передбачалося для того, щоб передбачити поведінку, яка знаходиться під контролем волі (Armitage and Conner, 2001) [6]. В основі цієї теорії лежить концепція «Контрольних переконань», яка, пов'язана з ідеями самоефективності, що відображає переконання людини про наявність факторів, які можуть полегшити або ускладнити виконання поведінки (Ajzen, 2001) [7]. Таким чином, на поведінку людини впливає впевненість в їх здатності виконувати його. Крім того, контрольні переконання можуть бути наслідком минулого досвіду і впливів досвіду важливих інших тощо.

В останні роки значно активізуються експериментальні дослідження різних сторін екологічної свідомості. Так, Т. В. Іванова [31] вивчала екологічні цінності в суспільній свідомості і виявила цікавий факт: ексцентрична спрямованість свідомості більш характерна для молодих людей - 17-19-річних, для яких природа має самостійну цінність незалежно від її можливого використання. Сприйняття ж природи дорослими певною мірою раціоналізуються.

До аналогічних результатів прийшла І. В. Кряж [31], яка провела психосемантичне дослідження звичайних екологічних уявлень в структурі свідомості. Отримані Т.В.Івановою й І. В. Кряж дані, а також цілий ряд інших досліджень свідчать про те, що як на рівні громадської, так і індивідуальної свідомості переважають антропоцентристські установки [29].

Для діагностики індивідуальних особливостей вольової регуляції, самоконтролю та екологічної орієнтації поведінки респондентів нами використовувалися методики: методика по визначенню сили волі в розробці Р. С. Нємова, УСК (рівень суб'єктивного контролю), Тест-опитувальник А.В. Зверькова і Є.В. Ейдмана «Дослідження вольової саморегуляції» методика

«Альтернатива», Вербальна асоціативна методика «ЕЗОП», Опитувальник «Натурафіл» (С. Д. Дерябо, В. А. Ясвін), Методика діагностики суб'єктивного ставлення до природи «Домінанта», анкетування [31].

УСК (рівень суб'єктивного контролю). Методика є модифікованим варіантом опитувальника американського психолога Дж. Роттера. За його допомогою можна оцінити рівень суб'єктивного контролю над різноманітними ситуаціями, іншими словами, визначити ступінь відповідальності людини за свої вчинки і своє життя.

Тест-опитувальник А.В. Зверькова і Є.В. Ейдмана «Дослідження вольової саморегуляції» може використовуватися як індивідуально, так і в групі. Рівень розвитку вольової саморегуляції може бути охарактеризований в цілому і окремо по таким властивостям характеру як наполегливість і самовладання. Рівні вольової саморегуляції визначаються в зіставленні з середніми значень кожної зі шкал.

Методика «Альтернатива», розроблена В.А. Ясвіним, спрямована на діагностику провідного типу мотивації взаємодії з природними об'єктами: естетичного, когнітивного, практичного та прагматичного.

Вербальна асоціативна методика «ЕЗОП» розроблена В.А. Ясвіним, С.Д. Дерябо, призначена для дослідження типу домінуючої установки щодо природи. Умовно можна виділити чотири типи таких установок: особистість, що сприймає природу як об'єкт краси («естетична установка»), як об'єкт вивчення, знань («когнітивна»), як об'єкт охорони («етична») і як об'єкт користі («прагматична»). «Езоп» - це «емоції», «знання», «охорона», «користь» (польза) - такі робочі назви типів установок використовувалися за часів створення методики.

Опитувальник «Натурафіл» (С. Д. Дерябо, В. А. Ясвін) призначений для діагностики рівня розвитку інтенсивності суб'єктивного ставлення до природи непрагматичної модальності та його структури.

Методика діагностики суб'єктивного ставлення до природи «Домінанта» базується на класифікації відносин особистості, розробленої А.Ф. Лазурським і С.Л. Франком. Випробуваному пропонується вибрати три «найбільш важливих» і три «найменш важливих» для нього поняття із запропонованого списку в емоційному, когнітивному та практичному плані.

В опитуванні взяли участь 125 осіб (учні старших класів, студенти Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна»). Провівши підрахунки ми виявили, що у більшості опитаних переважає естетичний тип мотивації взаємодії з природними об'єктами - 45, 2%, при цьому характер і воля людини вважаються досить твердими, а вчинки в основному реалістичними і зваженими. У них виявлено середній рівень загальної інтернальності і суб'єктивного контролю над будь-якими значущими ситуаціями. на другому місці стоїть когнітивний тип мотивації - 30%, далі практичний - 14, 5% і на останньому місці знаходиться прагматичний тип мотивації - 10, 3 %.

Також ми виявили ряд гендерних відмінностей вольової регуляції. Чоловіки, порівняно з жінками, більш схильні до емоційного та соціального самоконтролю. Рівень вольових самооцінок у чоловіків і жінок знаходиться приблизно на одному рівні, але спостерігаються значні розбіжності по окремим якостям: у чоловіків більш виражені завзятість, енергійність, сміливість, організованість, рішучість, а у жінок - самостійність, дисциплінованість, обов'язковість. За показниками опитування «Шкала контролю за дією» значущих відмінностей виявлено не було.

Виявлений позитивний кореляційний зв'язок між «впевненістю» та «відповідальністю», «цілеспрямованістю» та показниками поведінкового самоконтролю, що можна віднести до мотиваційно-вольової регуляції. Якості «сміливість» та осмисленість життя пов'язані з терплячістю,

самостійністю (емоційно-вольовими якостями). Вони вважають себе врівноваженими, спокійними, самостійними.

Активна чи пасивна форма екологічної поведінки зумовлюється направленістю свідомості. Пасивній формі властиві низька емоційність, відсутність самостійності, низький самоконтроль. Важливим фактором, що впливає на екологічну поведінку можна вважати самоконтроль. Він включає когнітивну складову – інтерпретація наявної ситуації, можливих наслідків дій чи бездіяльності.

Високий рівень вольової саморегуляції характерний для осіб емоційно зрілих, активних, незалежних, самостійних. Їх відрізняє спокій, впевненість в собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинене почуття власної гідності. Як правило, вони добре рефлексують особисті мотиви, планомірно реалізують виниклі наміри, вміють розподіляти зусилля і здатні контролювати свої вчинки, мають виражену соціально-позитивну спрямованість.

Вольова регуляція діяльності має місце лише тоді, коли людина сама свідомо оцінює стоять перед ним цілі як особистісно значущі. В процесі освоєння різних видів діяльності у людини складається стійкий спосіб організації вольових дій, який проявляється як у формі окремих вольових якостей особистості, так і в формі індивідуального стилю вольової регуляції, який передбачає певне співвідношення вольових якостей. На відміну від інших індивідуальних особливостей особистості вольові якості проявляються виключно в особистісно значущих ситуаціях.

Важливо підкреслити, що думка про особисту відповідальність і особисту свободу вибору гальмує імпульсивні дії під впливом миттєвої обстановки, що склалася, дає вигравш у часі для оцінки можливих наслідків цієї дії і тим самим веде до посилення чільної потреби, яка виявляється здатною протистояти ситуативній домінанті страху. Таким чином, не свідомість сама по собі і не воля сама по собі визначають той чи інший

вчинок, а їхня здатність підсилити або послабити ту або іншу з конкуруючих потреб. Отже, вольові якості не мають вирішального значення в тому, що люди роблять або будуть робити, але мають визначальний вплив на те, як будуть робити; яким способом вони планують свою життєдіяльність і яким чином здійснюють свої плани.

Проявляючись у діяльності, воля забезпечує подолання труднощів на шляху досягнення мети. При цьому вона виконує як функцію спонукання людської активності, так і функцію її стримування, якщо це необхідно на будь-якому етапі вирішення проблеми. Воля допомагає суб'єкту відображати реальність на рівні свідомості та керувати власною активністю, опосередковуючи зв'язок між суб'єктом та середовищем.

Екологічна відповідальність пов'язана з такими якостями особистості, як самоконтроль, вміння передбачати найближчі і віддалені наслідки своїх дій в природному середовищі, критичне ставлення до себе та інших. Дотримання моральних вимог, пов'язаних зі ставленням до природи, передбачає розвинену переконаність, а не страх за можливе покарання і засудження з боку оточуючих. Таким чином вибір індивідуальної моделі поведінки, в тому числі екологічно-орієнтованої, впливає внутрішня позиція особистості, відповідальність, активність і усвідомленість діяльності, розуміння людиною свого місця в світі, своєї глибокої взаємозв'язку з навколишнім середовищем. Але усвідомлення людиною єдності з природою може виникнути тільки завдяки відповідному екологічному вихованню, основне завдання якого - формування відповідного суб'єктивного ставлення до світу природи і, в тому числі, до тварин як природних об'єктів.

Отже, окреслено значення вольової регуляції, як основи поведінкового та соціального самоконтролю в еколого-орієнтованій життєдіяльності людини. Визначено, що в процесі діяльності формується індивідуальний стиль прояву вольової регуляції особистості, який визначає

успішність, результативність, якість її діяльності. Вольовий компонент екологічно-орієнтованої поведінки формується за допомогою оцінювання, осмислення засвоєного матеріалу на основі емоційних, практичних, естетичних, наукових, екзистенціальних, моральних критеріїв, що здійснюється при проведенні спостережень, виконанні оціночних завдань, прийнятті рішень. Для його розвитку можна рекомендувати рефлексивні методи навчання, що сприятиме самостійності та принциповості екологічних цінностей.

Сьогодні з усією очевидністю стоять проблеми екологізації свідомості людей, формування екологічної культури і становлення екологічно-орієнтованої особистості. Для цього необхідно враховувати особливості екологічно-орієнтованої життєдіяльності особистості, які полягають в тому, що вона спрямована: на формування пізнавальних, практичних та творчих умінь екологічного характеру; розвиток вольових якостей особистості і сприйняття ними позитивного впливу природи, прагнення до її пізнання в єдності з морально-естетичними переживаннями.

Уже в дошкільному віці повинні поступово формуватися моральний і вольовий аспекти поведінки. Виховний напрямок має навчити бути особистостями, здатними орієнтуватися і активно впливати на навколишній світ, нести відповідальність за свої вчинки, бути допитливими і самостійними, що поважають оточуючий нас світ, усвідомлюють особисту роль в нашому суспільстві.

Це передбачає: зміну спрямованості свідомості людей з антропоцентричного на екоорієнтоване, з більш адекватним відображенням стану зовнішнього середовища в ціннісних установках, потребах і діяльності людей; вироблення моделей екологічно доцільної поведінки; системне оздоровлення способу життя; формування психологічної стійкості особистості до несприятливих впливів зовнішнього середовища; профілактику і подолання психологічних порушень свідомості і особистості

3.3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СІМ'Ї ЯК СОЦІОЕКОЛОГІЧНОЇ СИСТЕМИ В ПРОСТОРІ МЕГАПОЛІСУ

Останні десятиліття розвитку науки характеризуються виникненням нових напрямків, що будучи міждисциплінарними за характером, намагаються охопити системні взаємозв'язки людини та її оточення. Нині самостійно розвиваються такі напрямки наукового пошуку як соціальна екологія, психологія архітектури, психологія середовища, психогеографія, соціальна екологія, екологічна психологія, психологічна екологія. Загальна ідея досліджень полягає у тому, що всі організми перебувають у взаємозв'язку та взаємозалежності з середовищем, в ході якого вони його змінюють та змінюються самі. Спрямовання психологічних досліджень віддзеркалює поступовий перехід до нового діалектичного концептуального мислення, що спричинене розвитком технологій та прискореними соціальними перетвореннями.

Той факт, що інститут сім'ї переживає стан глибокої кризи не викликає сумнівів як у спеціалістів, так і пересічних громадян. Однак, важливим є не констатація можливої загрози, а розуміння причин такої кризи і особливостей протікання, можливостей запобігання. На часі стоїть завдання з'ясувати чи це є тимчасова криза, яку можна подолати найближчим часом, чи криза сім'ї носить фундаментальний характер і неминуче тягне за собою відмирання цього соціального інституту. Особливої актуальності набуває аналіз сучасного сімейного середовища в контексті глобального середовища великого міста, адже саме тут, на наш погляд, знаходяться потенційні точки психологічної сили, консолідації і водночас - точки дисфункції, розриву зв'язків, що тримають систему.

Місто з позиції соціальної психології розглядається як велика соціальна група, що характеризується специфікою міжособистісних відносин і спілкування (С. Мілграм, Ю.А. Підодня, М.Л. Паламарчук, Т.В. Семенова). Узагальнення досліджень міста, проведених П. Бурд'є, М. Вебером, Л. Віртом, В.Л. Глазичевим, Г. Зіммелем, А.В. Іконніковим, М. Хайдеггером та інших дозволило розглядати його як «модель комунікації, що розтягнута в просторі», як перетин економічних, культурних, просторово-часових, соціальних, духовних, особистісних координат, як велику соціальну групу, що характеризується особливостями організації спілкування і взаємодії між людьми, специфікою відносин між людьми. Наукові дослідження присвячувались вивченню культурно-історичної динаміки взаємозв'язку між структурно-організаційними параметрами простору міського середовища та особливостями відносин всередині міської спільноти, соціально-психологічними потребами мешканців міста (Е. Берджесс, В. Віндельбант, В.Л. Глазичев, Г. Зіммель, Е. Зомбарт, Р. Парк, Р. Сеннет, О. Шпенглер).

Середовище міста є широким простором для дослідження системи міжособистісних стосунків жителів міста: 1) як середовище їх життєвої реалізації; 2) як один з факторів, що обумовлюють параметри відносин з іншими людьми; 3) як специфічна форма організації міжособистісних стосунків. Аналіз робіт, присвячених вивченню впливу територіальних, просторово-часових параметрів проживання в місті на особливості відносин жителів міст різного типу: мегаполісу, великого і малого міст, дає уявлення про структуру, властивості, соціально-психологічні функції проживання в місті та особливості поведінки мешканців. Було показано, що територіально-просторово-часові параметри, що диференціюють мешканців міста, виконують кілька функцій, центральне місце серед яких посідають соціально-психологічні: комунікативна, інтегративна, соціалізуюча, функція задоволення соціально-психологічних потреб.

Аналіз літературних джерел вказує на існування певного припущення, що жителі міст різного типу, диференційовані за територіальними, просторовими, часовими параметрами проживання, відрізняються і особливостями соціально-психологічних потреб і відповідно - стосунків з іншими людьми.

Науковці дедалі більше виявляють зацікавлення в дослідженні впливу територіально-просторових параметрів на формування і динаміку стосунків між людьми. На основі аналізу робіт, що розглядають проблему співвідношення соціального та фізичного просторів (П. Бурд'є, П. Бергер, І. Гофман, Е.Н. Заборова, А. Лефевр, Т. Лукман), можемо зробити висновок, що особливості міжособистісних відносин (близькість / дистантність, включеність / ізоляція, контроль та ін.) є тісно пов'язаними з територіально-просторовою організацією взаємодії спілкування. Вплив організації середовища на формування і динаміку системи відносин особистості на різних рівнях функціонування систем життєдіяльності аналізується на мікро, мезо і макрорівнях в роботах У. Бронфенбренера, О.Л.Верніка, В.Н. Дружиніна, Г.А. Ковальова, І.В.Кряж, А.М.Львовичкіної, Т. Нійт, В.І. Панова, Л.В.Сохань, О.В. Рудоміно-Дусятської, З.И. Рябикина, В.І. Панова, М. Хейдметс, Є.Г. Ейдемільлера, Ю.М.Швалба, В.В.Юстицькіса. Узагальнюючи ці дослідження можна твердити, що серед найважливіших складових макросередовища виступає тип міста, що обумовлює особливості системи відносин всередині міської спільноти, а також відмінності відносин мешканців міст різного типу з іншими людьми в локальних спільнотах (сім'ї, на праці, навчанні тощо).

Виділимо загальну специфіку проживання людини в середовищі великого міста. В першу чергу, на думку низки дослідників, вона проявляється в міжособистісних стосунках і спілкуванні людей (Г. Зимміліна, С. Мілграм, М. Вебер, Ч. Кулі). Дослідження в галузі соціології, психології присвячувались вивченню особливостей проживання людини у

великому місті, де особлива увага приділялась аналізу "психологічних наслідків" урбанізації [2, 11]. Так, ще на початку минулого століття Л. Мамфорд вказував на негативні сторони життя населення в мегаполісі: соціальну дезінтеграцію, погану екологію, брак елементарних умов життя (сонячного світла, свіжого повітря), безладні міські райони, емоційну напруженість, всілякі хвороби. Можна продовжити список негативних наслідків життя особистості та соціальних груп, що впливають на взаємодію людей у великих містах. Йдеться про наступне: формалізацію особистих стосунків, послаблення моральних принципів (Е. Дюркгейм), зниження глибини і інтимності міжособистісних контактів (М. Вебер, Ч. Кулі).

За даними А. А. Балакиної тип міста обумовлює відмінності у характері ставлення до узагальненого «іншого» у жителів міста. Автор відмічає, що жителі мегаполісу в порівнянні з жителями великих і малих міст демонструють найбільш високий рівень проявів негативного ставлення до інших, причому не останню роль тут відіграють територіально-просторові та часові чинники (місце народження, тип проживання, наявність або відсутність переїзду). Наукові розвідки М. Хейдметс вказують на наступні особливості міського життя: небувала концентрація людей, з одного боку, і збільшення просторового розосередження їхньої діяльності - з іншого; надмірне підвищення числа і інтенсивності контактів; підривання традиційних зв'язків між людьми; анонімність і, зокрема, анонімність характеру спілкування; втрата традиційних сусідських стосунків; публічність більшої частини діяльності людей. Також автор робить акцент на розвитку ставлення людини до середовища, яке стає поступово для неї психологічно "чужим". На думку дослідника, котра ґрунтовно підтверджена і в роботах вітчизняної вченої О.В.Рудоміно-Дусятської, жителі мегаполісу ставляться до нього байдуже і навіть "агресивно", у них відсутнє почуття "свого" двору, будинку, вулиці, міста [40].

Сім'я є надзвичайно динамічна система, що постійно перебуває в русі і змінах, що обумовлені перш за все змінами в цілісній суспільній системі. Як одне із завоювань культури людства, сім'я виникла на певному етапі історичного розвитку людини, і те, що вона з розвитком цивілізації, виявляється дедалі більше вразливою та часто-густо все менш запитаною, змушує задуматися про цілі, цінності і власне про «ціну» прогресу і запобіжні заходи, якими може скористатися людство, спрямовуючи зусилля на її збереження. Застереження В.І.Вернадського про необхідність побудови якісно нових стосунків з навколишнім середовищем через посилення гуманістичної складової освіти та виховання й досі є недостатньо досягнутим в українському суспільстві. Особливої актуальності набуває аналіз сучасного сімейного середовища в контексті глобального середовища великого міста, адже саме тут, на наш погляд, знаходяться потенційні точки як розвитку так і стагнації, що активізувавшись можуть перенести систему на вищий щабель розвитку, або спрямовувати на поступову деградацію та розпад.

Проживання сім'ї в мегаполісі впливає і на її психологічний клімат, в тому числі на систему дитячо-батьківських відносин, міжпоколінних стосунків, сімейні цінності, включаючи традиції, ритуали і т. д. Сучасні сім'ї мегаполісу, особливо молоді, існують в умовах постійного стресу. Багато батьків відчують фінансові труднощі, у них відсутнє власне житло, яке доводиться винаймати, характерним є напружений графік роботи, хронічна втома і відповідний психологічний стан старших членів родини, що є вагомим чинником рівня суб'єктивного благополуччя дітей, які зростають у ній. У сім'ях великого міста спостерігається тенденція до зміни сімейних ролей і системи сімейних цінностей, порушення міжпоколінних відносин, відсутність сімейних традицій (наприклад, спільного проведення часу у вихідні дні, вечірні години, спільні вечерея, обід, сніданок) і сімейних свят. Все це безпосередньо впливає не тільки на

психологічний клімат у сім'ї, а й на її розмір (часом і відтермінування народження первістка, відмова від народження другої дитини) і т. п. Важливим для самопочуття батьків є факт їхнього соціального статусу, як городянина: «корінні» городяни чи ні; як довго вони живуть у мегаполісі; особливості умов проживання (центр або «спальні» райони, котеджні селища або «старе» житло під знесення, власне або винаймане житло і т. п.). Таким чином, проблема дослідження пов'язана з вибором оптимальної системи чинників, яка детермінує соціально-психологічне благополуччя дітей, котрі проживають в мегаполісі. Дана система чинників включає об'єктивні умови проживання (район проживання, тип забудови будинку, поверховість і т. д.), характеристики сім'ї та батьків (її розмір, склад, сфера зайнятості батьків, рівень матеріального добробуту сім'ї, ціннісні орієнтації батьків, тип дитячо-батьківських відносин, наявність традицій і т. п.), а також характеристики самої дитини, які виступають у ролі психологічних і соціально-психологічних детермінант її благополуччя. Зокрема, важливим є вивчення уявлень дітей про психологічний клімат в родині, умови проживання в мегаполісі, їх відносин з оточуючими значущими людьми і т.п. Всі фактори, взаємодіючи між собою, утворюють цілісну багаторівневу систему впливів, які детермінують психологічне благополуччя дітей, що проживають в мегаполісі.

Дедалі більшою мірою охоплює мешканців великих міст феномен міста, описаний у дослідженнях Р.Сеннета, а саме - розщеплення життєдіяльності членів сім'ї на публічну і приватну сфери життя. Частка публічної сфери в рамках мегаполісу суттєво домінує над приватною, завойовуючи дедалі більший психологічний простір життя городян. Разом з цим формальні зв'язки починають превалювати над близькими тривалими емоційними контактами. Поділ публічного і приватного життя проявляється в тому, що різними стають самі нормативні орієнтири, якими керуються старші, молодші члени сім'ї. Правила поведінки, які

вважаються адекватними у приватному житті, засновані на цінностях і нормах "традиційного" суспільства і передаються в родині з покоління в покоління, багато в чому перестають відповідати способам поведінки, які призводять до успіху в житті публічному. Так, наприклад, "пошанування та повага до старших", що передбачає допомогу їм, виконання прохань, терпиме ставлення до критичних, часом і різких зауважень, зазнає різючих змін саме у середовищі великого міста. У традиційній сім'ї, як і в традиційній "громаді" такими старшими були бабусі, дідусі, старші за віком родичі або добре знайомі сусіди. У мегаполісі для дитини коло "старших" непомірно розширюється за рахунок абсолютно незнайомих їй людей (анонімною є при цьому і сама дитина, а не лише старші). При цьому правила безпеки або потреба в збереженні почуття власної гідності можуть в різних ситуаціях суперечити проявам елементарної поваги.

Сучасні діти отримують дедалі більш незалежний статус в родині та у широкому соціумі, що значною мірою впливає на внутрішньосімейні стосунки і на взаємини між старшим і молодшим поколіннями. Так, за нашими спостереженнями, взаємодія поколінь у сучасній українській сім'ї набуває помітних змін, відрізняється великою варіативністю та включає в себе елементи традиційної та інноваційної культури. Помітним є двосторонній характер процесу спілкування, коли центральний напрямок активності, виховання «від старших» – діда, бабусі, мами, батька та інших старших членів родини – поєднується із зворотнім процесом – «від молодших» (щоправда, більше – інформаційного, ніж власне виховного) – від дітей та онуків. За рахунок такого двостороннього процесу за оптимальних умов вибудовується своєрідний сімейний «словник», яким послуговуються і старші, і молодші, а також форми проведення ними дозвілля, формується загальний ритм і стиль життя усієї сім'ї. Через таку взаємодію виникає культурний обмін смислами і цінностями, поєднання цілих поколінь і навіть епох, формується новий, сучасний спосіб життя.

На важливість реальної або уявної контрольованості середовища (можливість контролю фізичного оточення і потоку інформації) вказує М. Раудсепп, визначаючи цей контроль як детермінанту психологічного благополуччя окремої особистості та сім'ї в цілому. Дослідником виділяються особливості проживання городян у висотних будинках (типової забудови) в порівнянні з малоповерховими і "окремими" будинками. До них належать: менша візуальна і акустична ізоляція, обмеженість простору, ускладнений вихід з будинку в двір (залежність від ліфтів). Цікаво, що автор відмічає і негативні ефекти проживання дітей у висотних будинках: відсутність можливостей для ігрової діяльності (шум і обмеженість територій двору), недостатні умови для забезпечення безпеки дітей (спостереження мам за дітьми, що грають у дворі самотійно, залежить від поверху проживання).

В цілому, діяльність дітей поза помешканням відокремлена від їх діяльності в ньому, від батьків, таким чином дітей рідше відпускають гуляти в двір самотійно. Відзначається напруженість, стан тривоги у матерів маленьких дітей, підлітків, що живуть на високих поверхах (більше різних небезпек). Наслідки обмеженості проживання в квартирі виявляються у городян в тенденції проводити час удома, в переважанні пасивного проведення дозвілля (перегляд телепередач, наприклад) часу порівняно з активним (спорт, прогулянки і т. п.) Дитина, що народилася в мегаполісі, сприймає навколишні умови як "природне місце існування". Вона не адаптується, а живе в умовах "автомобільних пробок", високого рівня шуму, загазованості і щільності населення. Орієнтуючись в тому, що оточує в предметно-просторовому, природному і соціальному середовищах міста, дитина формує образ середовища, спираючись на власний життєвий досвід, а також на думку батьків, близьких людей. Певний психологічний «слід» в індивідуальному розвитку дитини може залишати навіть ландшафт місцевості, архітектура місцевості, дизайн будинку, специфіка організації житлового середовища з точки зору відкрито впливам із зовнішнього світу.

Сучасне велике місто, як дітище нашої епохи орієнтованої цивілізації, всім своїм розвитком зорієнтоване на особистість та її цінності (кар'єра, влада, слава і ін.). На противагу цінностям "громади і родинності", людині одній простіше відповідати запитам сучасного мегаполісу, і велике місто теж зорієнтоване переважно на неї, як індивідуальну персону. А власне системні сімейні цінності погано вбудовуються і корелюють з цінностями мегаполісу і таким чином для мешканця великого міста певною мірою утруднено «впізнавання» системних цінностей і їх визнання, прийняття, примирення з персональними цінностями членів навіть власної, а також й інших сімей. Темп життя сучасного великого міста характеризується швидкими змінами, отже часто-густо тільки вільна, мобільна, а це, як правило, самотня особистість, може максимально рухатися в унісон, встигати, не відставати, бути в курсі, бути в потоці "життя", про який маємо можливість дізнатися з ґрунтовних праць М.Чиксентмихайя. Сім'я, характеризуючись дещо іншим, менш динамічним внутрішнім темпераментом, зазвичай не встигає і багатьма городянами, особливо молодшого покоління сприймається як якась старожитність, архаїка, тягар і т.п. І особистості, що відгукується на вимоги, захоплюється принадами сучасного мегаполісу, стає недостатньо простору, тісно в сімейному середовищі, тож вона часто обирає (часом свідомо, часом позасвідомо) між мегаполісом і сім'єю на користь першого. А сім'я, як цілісна система, первинне середовище розвитку людини з її цінностями і закономірностями виявляється "між двох вогнів" - особистістю і мегаполісом.

Виходячи з системи уявлень екологічної психології, розглядаємо сім'ю як «соціоекологічну систему», як середовище, простір взаємовпливів та умов, факторів розвитку особистості (що містяться у просторово-предметному, інформаційному, культурному, природному, побутовому, міжособистісному та ін. оточеннях). В залежності від якості та наповнення

середовища тими, чи іншими елементами можна бачити його варіативність та міру наближення до екологічно орієнтованого.

Проблеми, що супроводжують сім'ю на різних етапах її становлення та розвитку в сучасному мегаполісі - є одним з відображень тенденцій розвитку самої цивілізації та її дітища - сучасного мегаполісу.

Первинним за хронологією та значенням в розвитку людини середовищем є сімейне, котре вбирає в себе елементи просторової організації дому, соціальні, економічні характеристики, культурний потенціал членів сім'ї, особливості традицій та алгоритми міжособистісного спілкування, виховний та освітній контекст.

Дослідження особливостей варіативних моделей побудови родини як унікального соціального середовища та побудови певного способу життя видається надзвичайно важливим в плані можливостей прогнозувати тенденції та зміни в процесі розвитку сім'ї, як генетично первинного середовища розвитку людини 21 сторіччя, а також визначати вектори того чи іншого психологічного супроводу та підтримки сімейної системи, яка характеризується співдетермінацією розвитку всіх її членів.

Сімейна система в сучасному мегаполісі характеризується тим, що є об'єктом впливу потужних та постійно оновлюваних подій, ситуацій та інформації, часто-густо деструктивного характеру як реального, так і з віртуального життя (інформація зі ЗМІ та соціальних мереж); перетворення членів сім'ї та сім'ї в цілому в "атомізованого споживача" інформації через руйнування традиційних соціальних зв'язків; розмивання та втрата смислів і символів національних культур, і як наслідок - послаблення та розмивання їх захисного потенціалу. Для виживання в цих умовах людина обирає один з двох шляхів. Перший - шлях захисту (фільтрації, витіснення) від надлишку стимулів, яким переповнене середовище мегаполісу, та на які людина не в змозі продуктивно реагувати, натомість накопичуючи невідредагований психологічний матеріал в підсвідомому, що рано чи

пізно призводить до проблем із соматичним та психологічним здоров'ям. Інший шлях полягає у намаганні переробити деструктивну інформацію через її осмислення, зокрема через звернення до найбільш поширеного «накопичувача» цих смислів – екрану телевізора, інтернету. Однак ці смисли часто стають джерелами нових проблем та травм. Все це може призводити до накопичення в сучасних сім'ях мегаполісу низки психологічних проблем.

Руйнування традиційних соціальних зв'язків у мегаполісі призводить до того, що людина шукає нові форми соціальної ідентичності. Приналежність до спільноти, групи дає відчуття стабільності та передбачуваності світу, віру в його логічність і керованість, можливість користуватися загальними для групи "життєвими рецептами". Нова соціальна ідентичність як "група підтримки" може замінювати людині колишні традиційні зв'язки, сімейні, зокрема, пропонуючи нові смисли, символи та нову міфологію. Такі нові зв'язки ніяким чином не є пов'язаними з сімейною історією, традиціями та ритуалами, не передаються у спадок і більшою мірою (порівняно з традиційним суспільством) залежать від індивідуальних особистісних і професійних якостей самої людини.

Велике місто пропонує людині безліч можливостей для розвитку, пошуку своєї референтної групи, "групи підтримки": професійні спільноти, дискусійні клуби, спільноти, що створюються навколо розвивальних, розважальних, спортивних і політичних соціальних інститутів. Але задля того, щоб скористатися цими можливостями, необхідно виявити ініціативу, здійснити самостійний пошук, вибір, тобто вже володіти певним рівнем ініціативності, відкритості і впевненості в собі. Тобто, володіти тими навичками і якостями, які в найбільшій мірі є невиявленими, неактивованими в людей, найбільш чутливих до агресивних та травмівних впливів сучасного мегаполісу.

У різноманітності стосунків людини у різних сферах життєдіяльності(міжособистісного спілкування, навчання, праці, побуті, сімейній взаємодії тощо) особистість постійно взаємодіє з людьми різного віку. І багато в чому ці стосунки визначаються досвідом спілкування, спільної діяльності, які реалізувались на ранніх етапах онтогенезу. Фокус нашого аналізу полягає у з'ясуванні психологічних особливостей проведення спільного дозвілля дитини та бабусь, дідусів в просторі великого міста, визначенні напрямків оптимізації міжвікової взаємодії, пошуку шляхів її розвитку. Сучасні батьки мають обмаль часу для якісного повноцінного проведення дозвілля, коли дитині присвячується персональна та неподільна увага. Цю прогалину успішно може заповнити спілкуванням з активними бабусями та дідусями. Сім'я, хоч і переживає нелегкі часи як соціальний інститут, та лишається тим середовищем, де міжпоколінні та внутрішньопоколінні стосунки продовжують виступати головним джерелом становлення поколінної ідентичності. Міжвікова взаємодія, будучи різновидом взаємодії між членами сім'ї, представниками різних вікових груп, регулюється механізмами трансгенерації (передача і прийняття елементів досвіду в напрямку від старших до молодших) та префігурації (прийняттям старшими елементів досвіду молодших) має добрий ресурс для розвитку саме під час спільного проведення дозвілля дітей та дідусів, бабусь.

Категорія дозвілля знаходиться на перетині інтересів багатьох наук: психології, педагогіки, соціології, філософії, географії, економіки і є міждисциплінарною. Впродовж останніх десятиліть вивчення дозвілля виокремлюється як самостійна галузь знання, що вивчає значення вільного часу в житті людини, його змістове наповнення, розвиток особистості на різних етапах онтогенезу в процесі реалізації різних видів діяльності на дозвіллі, культуральні та вікові особливості проведення дозвілля тощо.

Дозвілля сприймається переважно як складова способу життя городян та актуальна життєва потреба. На сьогодні найбільш виразно категорія дозвілля представлена чотирма концепціями, що розглядають дозвілля як складову часового простору, як вид людської життєдіяльності, як психологічний стан людини та як ознаку цілісного способу життя.

Дозвілля як складова часового простору, представлене у так званій кількісній концепції дозвілля, розглядається як вільний час людини, аналізується як складова життя, що звільняє людину від усіх побутових, робочих та сімейних обов'язків, має рекреаційний та розважальний зміст, при тому, що час дозвілля використовується людиною цілком за власним бажанням. При погляді на дозвілля як на окремий вид життєдіяльності людини дослідники позиціонують дозвілля як діяльність (творчу, конструктивну, або ж неконструктивну та асоціальну). Така діяльність відрізняється від інших видів життєдіяльності людини тим, що здійснюється з метою отримання задоволення відповідно до її потреб. В контексті діяльнісної концепції, роль дозвілля полягає у відновленні психічних та фізичних сил людини, підвищенні її освітнього та духовного рівня, реалізації того, що відповідає потребам та бажанням людини і приносить їй задоволення від діяльності як такої.

Точка зору на дозвілля, як психологічний стан людини відбивається у презентації його через призму емоційного сприйняття людиною вподобаних нею занять. Так дозвілля, на думку Б.Драйвера, Дж. Неулінгера, є істотною складовою емоційної сфери життя людини, а тому залежить від якості цього життя, рівня її задоволення ним, реальності можливостей проводити дозвілля у певний спосіб, варіантів його проведення та їх доступності.

Головними ознаками дозвілля вважають свободу від обов'язків та добровільність участі (Х.Данфорд, Ж.Дюмазедьє, М.Каплан). Дозвілля передбачає звільнення людини від тих функцій, що покладають на неї різні

соціальні інститути (сім'я, церква, школа, суспільство). Тому в умовах перетворення такого роду занять на складову навчання, роботи, релігійної, господарської та ін. діяльності, відбуваються суттєві зміни в самій природі дозвілля, навіть якщо ці заняття задовольняють людину. Дозвілля, що передбачає якусь певну соціальну або матеріальну мету, більш доцільно називати “напівдозвіллям”. Вчені Ж.Дюмазедьє, А.Д.Вілл, Д.Неулінгер та інші вважають, що дозвілля має здійснюватися власне заради дозвілля, а не заради якоїсь мети. Дозвілля, за яким не стоїть жодна інша мета окрім безпосереднього задоволення від відпочинку, і є “чистим дозвіллям” [5, 10, 12, 16].

Згідно з концепцією цілісного способу життя всі сфери людського життя мають своєрідний потенціал дозвілля. Наголошується, що такі різні види людської життєдіяльності (сім'я, професійна діяльність, навчання, побутова діяльність), мають в собі значні ресурси для вияву творчості, саморозвитку та самовдосконалення. Такий погляд на дозвілля є інтегративним і на нашу думку, найбільшою мірою відповідає вимогам екопсихологічного підходу.

Активність людини, яка виявляється під час дозвілля виявляється саме в діяльності добровільній, яка віддзеркалює її сутнісні інтереси та уподобання. Якщо у побутових, і особливо в трудових заняттях ритм та темп діяльності, зазвичай, визначаються зовнішніми чинниками, то тут вони повністю залежать від внутрішнього спрямування та бажань людини. Тому специфіка проведення дозвілля залежить, в основному, не від зовнішніх, а від внутрішніх потреб та мотивів людини.

Нині загальноприйнятим вважається класифікація дозвілля за наступними ознаками: видом активності (пасивне та активне дозвілля); періодичністю (щоденне, щотижневе, відпусчне, святкове); тривалістю (короткочасне, епізодичне, довготривале); напрямками діяльності (культурне, творче, рекреаційне, освітнє, оздоровче, спортивне, побутове, туристичне). Дозвілля має свої обсяги та структурне наповнення.

Структура дозвілля охоплює: споживання культурних цінностей, спілкування, творчі зайняття, хобі, рекреаційні та оздоровчі заходи, суспільно-корисну роботу, самоосвіту, пасивний відпочинок. Людина є частиною сім'ї, або кола друзів настільки наскільки вона вкладає психічну енергію в спільні з іншими цілі. Які характеристики властиві дозвіллю сучасної сім'ї, що мешкає у великому місті? В чому полягає його специфіка і якими є точки росту, ресурси відновлення її членів?

Сім'я, яка складається з представників кількох поколінь, чи живуть вони під одним дахом, чи в різних помешканнях, є доволі поширеним різновидом сучасної сім'ї. Разом з тим, за свідченням дослідників в урбанізованому суспільстві сім'я, що складається з кількох поколінь, є більш характерною для нижніх шарів середнього класу і груп досить низького соціального та економічного статусу. Саме останнє часто перешкоджає виявленню позитивних адаптивних та розвивальних можливостей такої сім'ї, натомість часто- густо фокус уваги концентрується навколо її недоліків.

Більшість сучасних робіт з аналізу міжпоколінної, міжвікової взаємодії присвячені розгляду причин конфліктів між представниками різних генерацій та практично відсутні роботи, спрямовані на демонстрацію методів та прийомів збереження міжпоколінної наступності, збереження оригінальності кожної з генерацій, оптимізації міжвікової взаємодії в сімейному середовищі. Тому потужним резервом розвитку здорового сімейного середовища є смислова міжпоколінна взаємодія, побудована на взаємній пошані, взаєморозумінні, діалозі між представниками різних поколінь, зокрема і спільне дозвілля [25, 32, 35, 8, 9].

Сучасна міська сім'я, зокрема і українська, що переживає відповідні світовим тенденціям трансформації, характеризується багатоваріантністю, коли поширення набуває нуклеарна сім'я, разом з тим продовжує успішно функціонувати розширена сім'я, або багатопокілінна сім'я. В такого

сімейного середовища (не обов'язковим є факт проживання членів сім'ї на одній території, в єдиному просторі) взаємини між представниками різних вікових груп можуть характеризуватись різною мірою емоційної близькості, чи дистанціювання, частотою взаємодії, змістовним наповненням цієї взаємодії тощо. Найбільш тісними виявляються стосунки між дітьми – з одного боку та дорослими і людьми похилого віку, в той час як найбільш нетривкими та спорадичними є стосунки в системах «підлітки – дідусі, бабусі» [35].

Практики міжвікової взаємодії людей, що репрезентують різні вікові групи, виявляються у специфіці контактів в реальному житті в певних показниках спрямованості та частоти. За даними дослідження О.Т.Казьминої, в котрому були виділені пріоритетні вектори контактів в міжвіковій взаємодії, нові міжвікові контакти дітей та людей похилого віку зосереджені саме в сімейній сфері. Міжвікові контакти підлітків розширюються за рахунок формальних та товариських зв'язків з людьми різного віку за межами родини. Максимальне різноманіття міжвікових контактів спостерігається у дорослих людей, які реалізують їх у різноманітних сферах – сімейній, професійній та інших, а мінімальна – у людей похилого віку [35]. Взаємодія, де учасниками є «старший» та «молодший» має свою психологічну специфіку, а також ціннісне значення, соціально-статусну специфіку, що задається певною асиметрією можливостей, а також прав і обов'язків. Вікова стратифікація, вікові стереотипи та уявлення про властивості та можливості людей того, чи іншого віку створюють поле рольових очікувань, які суттєво впливають на характер міжвікової взаємодії (за І.Коном). Старшому учаснику взаємодії його позиція забезпечується багатшим життєвим досвідом, знаннями, впевненістю у власних діях та рішеннях. Рольова участь у міжвіковій взаємодії може змінюватись в просторі та часі, завдяки цьому змінюються і механізми, які активують поведінку учасників взаємодії. Так, наприклад,

вступаючи у взаємодію в позиції «молодший» зазвичай включається механізм наслідування, коли активно та ефективно відбувається орієнтація на «зону найближчого розвитку» (За Л.С.Виготським). Для тих випадків, коли учасник взаємодії входить у спілкування з позиції «старший», найбільш задіяним виявляється механізм так званого «соціального дорослішання», «соціальної відповідальності» [25, 35].

На наше переконання за доброї організації взаємодії, підтримки у повсякденних справах саме сім'я яка складається з кількох поколінь, виявляється ефективною та досконалою завдяки потенціалу багатоваріантності та гнучкості. Ясна річ, що така сім'я не перебуває у вакуумі, а потребує певного стійкого контексту оточуючого середовища - соціального, освітнього, просторового, інформаційного тощо.

Метою нашого дослідження було з'ясувати особливості спілкування мешканців великого міста - дідусів –бабусь з онуками під час дозвілля.

Метод: Дослідження охоплювало 28 бабусь та 7 дідусів, які живуть у столичному місті та допомагають виховувати онуків віком від 3 до 9 років. Застосовувались структуроване інтерв'ю та спостереження за міжпоколінною взаємодією. При проведенні інтерв'ю були використані запитання, що містяться у методиці «Список проявів генеративної поведінки» (Generative Behaviour Checklist), котра спрямована на прослідковування ступені спрямованості представників старшого покоління на «втілення себе» в наступних поколіннях через певну поведінку, що і отримала назву «генеративності», запропоновану Е.Еріксоном. Серед таких поведінкових проявів є такі, які фіксуються, зокрема відповідями на запитання такого характеру: слугую рольовою моделлю для молодших; читаю книжки дітям; ремонтую дитячі іграшки; навчаю молодших, що таке добре і погано, правильно і неправильно;

опановую нові навички та вміння; розказую комусь про своє дитинство; вмію гарно навчати, передавати навички, тощо.

Частина учасників взаємодіяла зазвичай з онуками в ситуації відвідання дому дітей, інша частина забирала онуків до свого помешкання.

Результати: Аналіз отриманих даних засвідчив, що рівень задоволення спілкуванням та результатами взаємодії були значно вищими у групі бабусь та дідусів, які забирали онуків до себе додому ($p < 0,001$). Структуроване спостереження за експресією, змістом та насиченістю взаємодії також показало більшу ступінь конгруентного міжпоколінного спілкування саме у цій групі ($p < 0,05$).

Результати дослідження засвідчили більшу ефективність міжпоколінної взаємодії, що відбувається в умовах власного помешкання, тобто того середовища представників старшого покоління, де просторові характеристики та предметно-побутові особливості є звичними, освоєними і добре відлагодженими, а також максимально співвідносяться із комфортним часовим темпоритмом. Почуваючись більш вільно та незалежно саме у своєму середовищі бабусі та дідусі більш творчо та варіативно виявляють свою індивідуальність та ініціативно використовують власні життєві надбання для трансляції молодшим членам сім'ї.

Активізуючи відпрацьовані форми взаємодії, які базуються на традиціях та особистісно забарвлених переживаннях, старші члени сім'ї виявляють більш високий рівень задоволення результатами свого спілкування з онуками та онучками. Молодші члени сім'ї, занурюючись у простір, освоєний старшими, виявляють відповідно високий рівень зацікавленості та сприйнятливості до занять та спільного проведення часу. Представники старшого покоління в ході міжвікової взаємодії активно вправлялись у передачі навичок у побутовій діяльності (приготування

страв, догляд за рослинами, тваринами), рукоділлі, майструванні, художній діяльності, долучення до надбань народної традиційної культури (пісні, вірші, танці), традиційних ремесел. Молодші, використовуючи наданий простір та потенціал старших не лише споживають запропоноване старшими, а й трансформують середовище спілкування, від початку задане старшими. Вони часто-густо виступають у ролі своєрідних модифікаторів простору міжвікової взаємодії, оновлюючи традиційний досвід, заохочуючи старших до оволодіння навичками, що увійшли до арсеналу молодшого покоління вже «з пелюшок» (опанування гаджетами. програмами та інструментами, можливостями інтернету тощо).

Отже результати нашого дослідження дозволяють позиціонувати дозвілля як ситуацію, що створює і в старших, і в молодших учасників міжвікової сімейної взаємодії суб'єктивне відчуття безпеки та свободи, меншого тиску часових рамок, пов'язаних з вимогами високотехнологічного суспільства до напруженого графіку роботи та навчання(час дорівнює гроші). Вже сама зміна середовища та діяльності (форми та змісту її), стимулює розвиток тих боків особистості дитини, які часто бувають заблокованими або не потрапляють до поля уваги батьків. Формула розвивального відпочинку дитини з бабусями-дідусями за таких умов включає наступні елементи: характерне предметно-просторове, фізичне середовище, де господарями є саме представники старшого покоління; часовий проміжок – від незначного (на декілька годин) до кількох днів на вихідні, до тривалого (місяці під час канікул); різноманітність занять у різних сферах людської життєдіяльності (природа, музика, ремесла, образотворче мистецтво, ігри, читання, практичні навички, фізкультура, спорт).

Попри зміну соціокультурного контексту життєдіяльності поколінь під час дозвілля цінний життєвий досвід старших засвоюється та зберігається молодшими як сімейні традиції та сімейний полілог.

Проаналізовані нами психологічні особливості життя родини у великому місті задають і певний погляд на завдання її психологічного супроводу. А саме: зважаючи на розщеплення публічного і приватного життя людини в мегаполісі як одного з джерел дискомфорту особистості, нам здається важливим приділяти окрему увагу наступним завданням:

- інтеграції на особистісному і сімейному рівнях суперечностей між вимогами, що висуваються перед людиною в особистому, сімейному житті та публічному; особливо це стосується сімей, що виховують підлітків та проживають великими, кілька поколінними родинами;

- допомозі та сприяння у формуванні в городянина (від школяра до людини похилого віку) соціальних зв'язків, активізації ресурсів і схильностей для пошуку відповідних ресурсних спільнот та «груп сили», "груп підтримки";

- протидії та запобіганню розмиванню і втраті смислів і символів національних культур в умовах мегаполісу, що має дозволити віднаходити смисли, символи, осучаснювати традиції поза обмеженнями рамками культури якоїсь конкретної спільноти;

Таким чином виникає можливість використовувати загальнолюдське культурне надбання через активний пошук та відкриття в ньому того, що переживається родиною як близьке і може стати ресурсом сили, самопомоги і взаємодопомоги.

Місто, як своєрідний простір, що потенційно є ресурсом сили або слабкості окремої людини та сім'ї, водночас притягує до себе все нових його жителів, але й витісняє, виштовхує тих, хто давно вкорінився, чи нещодавно став городянином. Розуміння того, що сучасна соціальна та екологічна ситуація орієнтує нас на реалізацію цілісних та системних уявлень, які охоплюють взаємовідносини людини, сім'ї з природним та соціальним оточенням, визнаючи перспективність екологічно орієнтованого змісту внутрішньої організації кожного члена сім'ї та

родини в цілому, покликане окреслити стратегію самозбереження сім'ї в умовах мегаполісу.

На завершення роздумів про способи активізації ресурсів та подолання труднощів, що супроводжують людину та сім'ю в мегаполісі, виділимо один з доволі радикальних варіантів, що обирає задля збереження сім'ї дедалі більша частина жителів великого міста.

Маємо на увазі те, що останні 50 років позначені тенденцією, котра отримала назву «зворотної міграції», розпочавшись в США і набуваючи темпу також і в інших розвинених країнах світу. Ця реакція окремих людей та подружніх пар, невеликих та декілька-поколінних сімей проявилась у бажанні переїхати з високо урбанізованих територій, мегаполісів до сільської місцевості. Аналогічні процеси дещо пізніше, але зафіксовані і в Україні, коли прискореними темпами почалась забудова близького та дальшого передмістя такого мегаполісу, як Київ. В англomовних джерелах такий рух отримав назву 'couterurbanisation' і викликав бурхливу дискусію через те, що частка сільського населення збільшувалася не за рахунок народжуваності, а за рахунок міграції городян у сільську місцевість і поставала проблема врегулювання темпів та обсягів такого руху. За словами одного з основоположників вивчення цього явища Б.Беррі «...переломний момент настав у житті городянина, коли зворотна міграція замінила урбанізацію як домінуюча сила у формуванні життєвих уподобань городян [2, С.17]. У класичних роботах під зворотною міграцією розуміли фізичне, географічне переміщення населення з міста до села.

Особливо перспективним вважаємо підхід К.Мітчелла, який акцентував на психологічній, власне екопсихологічній складовій процесу, наполягаючи на думці, згідно з якою зворотною міграцію треба розуміти не тільки як фізичне переміщення в просторі (з міста в село), але і як зміну в психологічному просторі, в усвідомленні себе і своїх преференцій та

вподобань. Зворотна міграція, згідно з К.Мітчеллом, має три різних форми. Перша форма - «екс-урбанізація» - означає переїзд міських жителів у сільську місцевість недалеко від міського центру. Такі переселенці, зазвичай, мають сильну зв'язок з містом через прив'язку до основного місця роботи, навчання, кола спілкування, небажання втрачати високий рівень (міського) комфорту. Друга форма - «підміна урбанізації» стала характерною для тих переселенців, яких місто «витіснило» (відсутність роботи, висока вартість проживання в місті та ін.). Остання форма - «анти-урбанізація» - об'єднує людей, які принципово відкидають міський устрій життя і все, що з ним пов'язано; які хочуть жити і працювати в сільській місцевості на постійній основі, створюють екологічні поселення тощо [11]. Який би не обирали спосіб самозбереження сім'ї, використовуючи всі позитиви, що надає велике місто і протидіючи, зводячи до мінімуму негативи, якщо сказане вище мешканці великих міст зможуть засвідчити стосовно себе і своїх сімей, випробування містом відбулося достатньо успішно і екологічно.

Вірджинія Сатир, будучи знаним фахівцем в галузі психології сім'ї зазначала: «За довгі роки роботи мені вдалося зрозуміти зміст виразу "жити по-людськи". Воно означає: розуміти, цінувати і розвивати своє тіло, вважати його гарним і корисним, реально і чесно оцінювати себе і оточуючих, не боятися ризикувати, творити, проявляти свої здібності, не боятися щось змінити, якщо ситуація цього вимагає, вміти підлаштуватися під нові умови, зберігаючи старе, що ще може стати в пригоді і відкидаючи непотрібне» [41, С. 5] Якщо все сказане городянин може засвідчити стосовного самого себе та власної сім'ї, то можна зі значною вірогідністю вважати, що випробування великим містом відбулося достатньо успішно. Сімейне середовище в такому випадку об'єднає елементи, котрі сприятимуть розвитку функціонального стану організму кожного з членів сім'ї, активації адаптаційних ресурсів, опірності до негативних впливів,

підтриманню емоційного комфорту, оптимізації взаємодії, а також закладатимуть базис їхнього саморозвитку, «саморуху». Сім'я як локальне середовище вибудовує свою внутрішню та орієнтовану назовні взаємодію та відповідний спосіб життя, що може поширюватися на інші соціальні середовища, збагачуючи, оптимізуючи їх, поступово оздоровлюючи, зокрема і таке суперечливе середовище, як мегаполіс.

Використані джерела

1. Altman I. The Environment and Social Behavior: Privacy, Personal space, Territoriality and Crowding – Brooks Cole, Monterey, CA, 1975. – 256 p.
2. Berry B.J.L. (1976) The Counterurbanization Process: Urban America since 1970 // Urban Affairs Annual Reviews, no 11, pp. 17
3. Boekaerts, M. & Corno, L. Self-regulation in the classroom: A perspective on assessment and intervention. *Applied Psychology: An International Review*, 54(2), 199-231, 2005
4. Corno, L. Volitional aspects of self-regulated learning. In B. J. Zimmerman & D. H. Schunk (Eds.), *Self-regulated learning and academic achievement*. London: Lawrence Erlbaum. – 2001. - pp. 191-225.
5. Kaplan M. Leisure: theory and policy. - N.Y., 1975.–30.
6. Kielhofner, G. "Volition". in Gary Kielhofner. *Model of Human Occupation: Theory and application* (4th edition ed.). Baltimore: Lippencott Williams & Wilkins. pp. 33–50.
7. Kuhl J., Beckmann J. Historical perspectives in the study of action control // *Action control: From cognition to behavior* / Ed. by J. Kuhl, J. Beckmann. Berlin. N.Y. – 1985. – P.178–185.
8. McAdams D.P., Logan R.L. What Is Generativity? The generative society: Caring for future generations. Washington, DC, American Psychological Association, 2004, pp. 15–31.

9. McAdams, D.P., & de St. Aubin, E. (1992). A theory of generativity and its assessment through self-report, behavioral acts, and narrative themes in autobiography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1003-1015
10. Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press
11. Mitchell C. (2004) Making Sense of Counterurbanization // *Journal of Rural Studies*, no 20, pp. 15–34.
12. Neulinger, J. *The psychology of leisure*. Springfield, IL: C.C. Thomas. 1978.
13. Silva M. N., Markland D. A., Minderico C. S., Vieira P.N., Castro M.M., Coutinho S.S., Santos T.C., Matos M.G., Sardinha L.B., Teixeira P.J. A randomized controlled trial to evaluate self-determination theory for exercise adherence and weight control: Rationale and intervention description // *BMC Public Health*. – 2008. – Vol. 8. – P. 234–247.
14. Tajfel H., Turner J. *The social identity theory of intergroup behaviour* // *Psychology of Intergroup Relations*, 2nd edn./Eds S. Worchel, W. Austin. Chi.: Nelson-Hall, 1986. – P. 7 – 24.
15. Turner J. Social comparison and social identity: Some prospects for intergroup behaviour // *Europ. J. Soc. Psychol.* – 1975. – № 5. – P. 5 – 34.
16. Veal A.I. *Leisure and the future*. — N.Y., 1987.
17. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская – М.: Мысль, 1991. – 300 с.
18. Балакина А.А. Особенности отношения к Другому жителей мегаполиса, крупнейшего и малого городов / А.А. Балакина // *Российский психологический журнал*. 2011. Т. 8. № 5. С. 50-55
19. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. 3-е изд. – М. : Московский психол-соц. инс-т, Воронеж : НПО «МОДЭК», 2001. – С. 18—56.

- 20.Боришевский М. И. Развитие саморегуляции поведения школьников. Автореф. дисс. доктора психол. наук. – М. : АСТ, 1990. – 40 с.
- 21.Верник А.Л., Вовчик-Блакитна Е.А., Проблема ресурсов жизнедеятельности личности // 13 International scientific-practical conference «Forming of Modern Educational Environment: Benefits, Risks, Implementation mechanisms», September 29th, 2017, Tbilisi, Georgia
- 22.Вернік О.Л. Життєдіяльність як проблема екологічної психології // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – Том VII. Екологічна психологія. – Випуск 36. – С. 93-102.
- 23.Вернік О.Л. Психологічні особливості образу довкілля в свідомості підлітків. Дисертація...канд. психол. наук / О.Л. Вернік– К.: 2004. – 167 с.
- 24.Вложенный труд / Психология. Словарь. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с. – С. 54.
- 25.Вовчик-Блакитна О.О., Гурлева Т.С. Якість життя – умова та результат міжпоколінної взаємодії в сім'ї / О.О. Вовчик-Блакитна, Т.С. Гурлева // Екологічна психологія : хрестоматія / за ред. І.І. Шлімакової – Харків : Видавництво «Діса Плюс», 2016. – С. 227-233
- 26.Гегель Г.В.Ф. Сочинения. Т. 12: Лекции по эстетике. Книга первая / Г.В.Ф.Гегель — М.:, 1938. — 472с.
- 27.Голд Д. Психология и география: Основы поведенческой географии. Пер. с англ. / Д.Голд – М.: Прогресс, 1990. – 304с.
- 28.Джемс У. Психология /У.Джемс. – М.: Педагогика, 1991. – 369 с.
- 29.Еколого-психологічні чинники якості життя в умовах розвитку сучасного суспільства : Колективна монографія / за наук. ред. Ю. М. Швалба. – Кіровоград : «Імекс-ЛТД», 2013. – 208 с.

- 30.Ильин Е. П. Психология воли / Ильин Е. П. – СПб. : Питер, 2000. – С. 17–195.
- 31.Кирпенко Т. М. Сучасний стан та перспективи вивчення вольової регуляції особистості у психологічних дослідженнях / Т.М. Кирпенко // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2017. – Том VII. Екологічна психологія. – Випуск 44. – С. 92-101.
- 32.Кон И.С.Ребенок и общество. - М.: главная редакция восточной литературы изд-ва «Наука»,1988.
- 33.Кун М., Макпартленд Т. «Кто Я» Применение теста «20-ти высказываний» / М.Кун, Т.Макпартленд // Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара: Издательский Дом «Бахрам-М», 2003– 672 с. – С. 460 – 468.
- 34.Леонтьев А. Н. Воля / А. Н. Леонтьев // Вестник Московского университета. – Сер. 14, Психология. – 1993. – № 2. – С. 3– 14.
- 35.Микляева А.В. Психология межвозрастных отношений. Монография. – МО.: СВИВТ, 2014. – М. Изд-во Перо, 2014
- 36.Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности / А.А.Налчаджян. — Ереван, Издательство АН Армянской ССР, 1988. — 78 с.
- 37.Павленко В.И. Представления о соотношении социальной и личностной идентичности в современной западной психологии /В.И.Павленко // Вопросы психологии. – 2000. – № 1. – С. 135 - 142.
- 38.Петровский А.В. Вопросы теории и истории психологии / А.В.Петровский. — М.: Педагогика, 1984. — 272 с.
- 39.Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности / В.А. Петровский – Ростов-на-Дону, 1996. – 512 с.

40. Рудоміно-Дусятська О.В. Екологічно-орієнтований спосіб життя як предмет психологічного дослідження / О.В.Рудоміно-Дусятська // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / за ред. Максименка С.Д. – К., 2012. – Т.7, вип. 28 – С. 192 – 199.
41. Сатир В. Вы и ваша семья. Руководство по личностному росту — М.: Апрель Пресс, Изд-во Эксмо, 2000. — 320 с.
42. Селиванов В. И. Основные подходы к психологическому исследованию волевой активности личности / В. И. Селиванов // Экспериментальные исследования волевой активности. – Рязань, 1986. – 138 с.
43. Тхостов А.Ш. Топология субъекта (опыт феноменологического исследования) / А.Ш. Тхостов // Вестник Московского Университета. Сер. 14, Психология. – 1994. – № 3. – С. 3-13.
44. Хейдметс М. Психология среды: становление и поиск / М. Хейдметс // Тенденции развития психологической науки. / Отв. ред. Б.Ф.Ломов, Л.И. Анцыферова – М.: Наука, 1989. — С. 242 - 254.
45. Черноушек М. Психология жизненной среды. — М., 1989.
46. Черноушек М. Психология жизненной среды. / Пер. с чеш. / М.Черноушек – М.: Мысль 1989. – 174с.
47. Швалб Ю. М. Возвращение к забытой теме: проблема воли в психологии / Ю. М. Швалб // зб. наук. пр. Актуальні проблеми психології. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – Том VII. Екологічна психологія. – Вип. 37. – С. 186–199.
48. Швалб Ю. М. Еколого-психологічні виміри способу життя / Ю. М. Швалб // Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України – К., – Т.7. – Вип.5.– Ч.2. – С.294-301.

Розділ IV. Особистість у складних життєвих обставинах

- 4.1. Психологічна структура складних життєвих обставин
життя особистості (*Шваль Ю.М.*)**
 - 4.2. Екологічна складова адаптації особистості до
змін умов буття (*Матвієнко О.В.*)**
 - 4.2. Психологічна безпека особистості в медійному
просторі (*Вернік О.Л.*)**
 - 4.3. Вплив вольових процесів на поведінки в
екстремальних умовах життєдіяльності (*Кирпенко Т.М.*)**
 - 4.4. Оптимізм як основа вибору стратегії подолання
наслідків складних життєвих обставин
(*О. Вовчик-Блакитна*)**
-

4.1. ПСИХОЛОГІЧНА СТРУКТУРА СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИН ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ

Проблема існування людини у складних життєвих обставинах стала надзвичайно актуальною у нашому суспільстві в останні роки у зв'язку з низкою подій на соціальному, економічному та політичному просторі нашої життєдіяльності. Ці події непередбачено і раптово змінили умови життя мільйонів українців і частина з них виявилася неспроможною пристосуватися до них та побудувати новий спосіб життя. На державному рівні визнання значущості цієї проблеми виявляється у прийнятому законі, де провідним показником наявності складних життєвих обставин (СЖО) постає неспроможність людини задовольняти свої базові життєві потреби власними зусиллями, а критерієм оцінки стає рівень доходу. Така система оцінювання є цілком виправданою для організації діяльності державних соціальних служб з надання людям соціальної допомоги і підтримки у вигляді певних соціальних пільг, субсидій, дотацій тощо. Очевидним є той факт, що за рахунок таких заходів ми тільки утримуємо людину на межі жебрацтва, але не даємо змоги самостійного виходу з цього стану і подальшого існування як самодостатнього суб'єкта життєдіяльності. Проте, також відомим є той факт, що пільги та субсидії мають не тільки позитивний ефект, алей цілу низку негативних наслідків, серед яких провідне місце посідає викривлення соціально-психологічних установок особистості. Наша вітчизняна історія і досвід зарубіжних країн однозначно показує, що соціальна політика, яка побудована на принципах надання пільг та субсидій обов'язково призводить до виникнення так званих «рентних настанов» серед населення, які виражаються у втраті соціальної ініціативи та формуванні невиправданих очікувань щодо спроможності влади задовольняти актуальні потреби людей.

На сьогодні вже однозначно зрозуміло, що соціальна робота, а тим більш психологія не можуть обмежуватися тільки показниками фінансово-економічного стану людини, яка опинилася у складних життєвих обставинах. Ми маємо прийняти тезу, що складні життєві обставини є однією з форм життєвої кризи особистості, такою кризою, яка охоплює не тільки її внутрішнє «Я», але й соціальне буття особи. Ця теза має величезне методологічне значення, бо вона вказує на те, що криза СЖО лежить у соціально-психологічній площині і, відповідно, всі форми, методи і технології психологічної допомоги мають виходити у цю площину. Проблема полягає не тільки у тому, що всі класичні технології психологічної допомоги зорієнтовані на інтраособистісні процеси, а й у тому, що у теорії соціальної психології відсутні моделі, необхідні для розуміння особистості, яка опинилася у СЖО, та розробки відповідних технологій допомоги.

Достатньо очевидно, що поняття «обставини» фіксує те, що знаходиться за межами безпосередньо психічних функцій індивіда, але впливає на його поведінку чи діяльність. Це означає, що поняття обставин ми можемо розглядати або у середовищному підході як сукупність зовнішніх чинників (об'єктів), що впливають на перебіг життєдіяльності індивіда, або у діяльнісному підході як сукупність усвідомлюваних умов життєдіяльності, що детермінують вибір засобів і побудову операційної структури дії. Середовищний підхід переводить усю проблематику життєвих обставин у площину адаптаційних можливостей особистості, а діяльнісний дозволяє розглядати індивіда як активного суб'єкта, здатного цілеспрямовано змінювати наявні обставини як умови власної активності.

У діяльнісному підході «обставини» постають як певна частина життєвої ситуації індивіда, а «складні життєві обставини» – як особливий тип чи структура життєвої ситуації. Але у будь-якому випадку, розробка психологічної моделі СЖО передбачає наявність загальної моделі ситуації як висхідної одиниці аналізу життєдіяльності особистості.

У рамках даної проблеми ми можемо виділити два аспекти, які, на наш погляд, є провідними. Перший – це категоріальне визначення самого поняття ситуації. Хоча останнім часом з'явився ряд робіт, присвячених цьому поняттю, і, більше того, досить активно розробляється ідея ситуаційного підходу й ситуаційного аналізу, однак до розв'язку цієї проблеми ще дуже далеко. Другий аспект пов'язаний з категоріальною невизначеністю поняття «життя».

Майже за сто років психологічних досліджень проблеми ситуацій склалося два базових підходу, які умовно можна визначити як об'єктивістський та суб'єктивістський.

З точки зору зовнішнього спостереження, коли Ситуація береться як вихідна об'єктивна реальність, увесь зміст свідомості є ні що інше, як відображення (і, звичайно ж, узагальнення) сукупності життєвих ситуацій індивіда. У сучасній когнітивній психології проведено безліч досліджень стосовно сприйняття ситуації індивідом та наведено купу різноманітних класифікацій ситуацій, у які «потрапляє» людина протягом життя. Почасти у них показано, у тих випадках коли якісь ситуації не відображаються у свідомості індивіда, не входять у структуру його життєвого досвіду, то не виникають і відповідні компоненти свідомості. В останні роки категорії життєвого досвіду й життєвого шляху усе більше стають предметом конкретно-психологічних досліджень, а пропоновані в них теоретичні моделі фіксують саме це відношення. Крім того, в них показано, що внутрішня організація свідомості безпосередньо залежить від характеру і структурних особливостей тих ситуацій, які проживає людина.

Проте, у сучасній психології стверджується і протилежна точка зору, згідно якої ситуація є ні що інше, як умови існування, структуровані відповідно до змісту уявлень свідомості. Організованості свідомості «накладаються» на елементи зовнішнього миру, структурують й організують їх у внутрішньо зв'язані й відносно цілісні ситуації, що мають свої часові (початок і кінець) і предметні рамки. Уся існуюча практика

психологічного консультування (включаючи сюди психологічні тренінги, психологічну корекцію й психотерапію) явно або неявно виходить із цього положення й прагне до розширення можливостей людини до адекватного відбиття й структуруванню життєвих ситуацій у свідомості. Якщо у свідомості відсутні уявлення, адекватні певним фрагментам ситуації, то ці фрагменти або взагалі не сприймаються, або маркуються як те, «чого не може бути ніколи».

Таким чином, ситуація існує не як суто об'єктивна реальність, а виникає як дійсність усвідомлюваних умов діяльності і життя особистості. У цьому відношенні свідомість функціонує «на матеріалі» відображення, а її продуктом стає структурування фрагментів об'єктивної реальності, представлених як наявна ситуація. Таке взаємне визначення – ситуації через свідомість і свідомість через ситуацію – передбачає наявність загального закону або принципу їх будови. На наш погляд, таким принципом є **принцип організованості**, який припускає структурованість елементів, їх відносну внутрішню несуперечність, функціональну цілісність і просторово-часову обмеженість. Дві організованості можуть вступати у відносини взаємозалежності й взаємовідображення, тільки у тому випадку, якщо вони відповідають *критеріям взаємної конгруентності і адекватності*.

Адекватність означає, що, з одного боку, елементи об'єктивного миру утворюють деяку відносно стійку цілісність (це і є середовище), з іншого боку, комплекс психічних змістів, що відображають цю цілісність, утворює цілісний образ-гештальт (у самому широкому сенсі – життєвий досвід). Між цілісністю реального буття й психологічним конструктом установлюється відношення конгруентності, що й фіксується у понятті «ситуація».

У методологічному плані адекватність означає якісну характеристику відносини між двома системами – це завжди певний стан систем. Очевидно, можна стверджувати, що людина установлює відношення адекватності з навколишнім світом не тільки за рахунок

активної зміни деяких елементів ситуації (миру), але й за рахунок активної зміни себе самого як суб'єкта життя й поведінки.

У той же час, необхідно враховувати, що ситуація, з одного боку, завжди «належить» конкретному індивіду, тобто завжди є «моєю ситуацією», а з іншого боку, вона не є чимось суто індивідуальним, а завжди є сукупним продуктом взаємодії людей. Взаємодії людей між собою і з предметами, власне, й створюють життєву ситуацію кожного: «Інші люди» утворюють ситуація «для мене», а «Я» утворюю ситуації для «інших». Особистість через мову і дії постійно подає певні сигнали і знаки в простір ситуації, з надією на їх адекватне сприйняття, і сам має постійно «слухати голоси» інших людей, що утворюють ситуацію. Включення свого власного «голосу», тобто власної дії у загальну ситуацію та слухання інших передбачає не тільки, а може й не стільки здатності до аналізу інформації, скільки здатності до розуміння смислів діяльності і поведінки інших людей. Таким чином, принцип організованості повинен бути доповнений **принципом комунікативності та діалогізму** будови ситуації.

Наведені ознаки дають змогу дати перше, найбільш загальне визначення поняття ситуації.

Ситуація – це суб'єктивна організованість простору буття, що встановлюється індивідом у діалогічній взаємодії із соціо-предметним середовищем через розуміння значення його елементів.

Таке визначення дозволяє конкретизувати поняття як за психологічними параметрами, так і за об'єктивними параметрами середовища життєдіяльності особистості.

У першу чергу, слід відмітити просторово-часову обмеженість будь-якої конкретної ситуації. Це означає, що кожна ситуація має свій початок і закінчення, а сукупність ситуацій не утворюють суцільний континуум, а постають як диференційована множина, де суб'єкт досить добре розрізняє одну від одної. За такого підходу неминуче виникає питання: а що знаходиться за межами конкретних ситуацій? Мабуть треба визнати, що за

межами конкретних ситуацій знаходиться простір буденного життя кожної людини, а кожна ситуація є тільки фрагментом цього життя. Буденне життя характеризується усталеним способом життя, суб'єктивною узгодженістю мотиваційно-цілових установок і отримуваних результатів, впевненістю особистості, що все відбувається правильно і закономірно. Будь-яка ситуація виникає у житті людини внаслідок порушення цієї закономірності і буденності, внаслідок виникнення певної події. Події як психологічному феномену присвячено достатньо велику кількість досліджень і є різні теорії, але майже загальноприйнятою є теза, що подія завжди є точкою зміни напрямку розгортання життєвого шляху індивіда. Подія у житті людини означає виникнення таких нових обставин, які вимагають від особистості зміни у власних установках і способах діяльності. При цьому, події можуть бути як зовнішніми щодо особистості, так і внутрішніми, психологічними, але необхідність змінювання залишається незмінною (див. рис. 4.1).

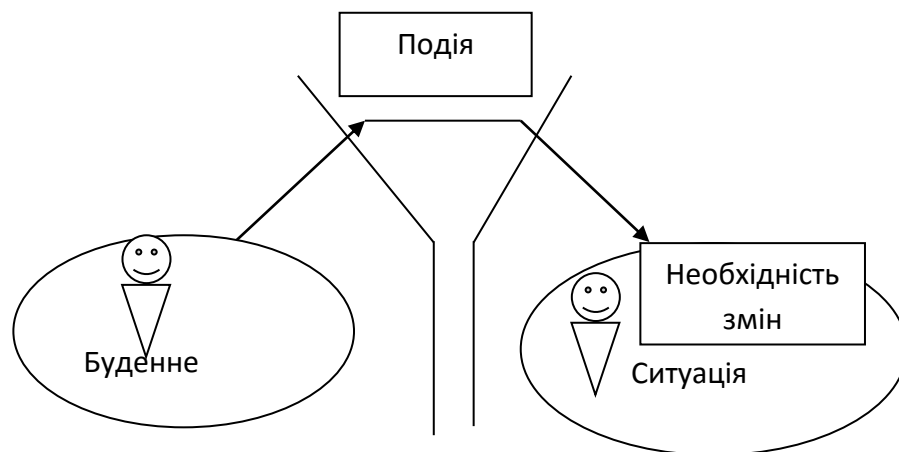


Рис. 4.1. Функціональна модель виникнення життєвої ситуації

Дуже важливим є те, що такі події об'єктивно можуть бути не тільки негативними стосовно життєдіяльності, але й позитивними, не тільки руйнувати усталений спосіб життя, але й призводити до покращення якості життя. Наприклад, і випадкове травмування, що спричинило інвалідність особи, і несподівана закоханість, що призвела до бажання одружитися та народити дитину, для життя особистості будуть подіями, які потребують

значних змін, як у суто психологічному плані, так і у структурі способу життя. Тобто, незалежно від змісту події провідною психологічною проблемою індивіда постає його власна готовність до змінювання. У психологічних практиках ми зазвичай стикаємось з тими випадками, коли в індивіда ця готовність відсутня і тому сама необхідність змінювання постає як невирішена особистісна проблема.

Утворення життєвої ситуації об'єктивно розпочинається із певної події, а у суб'єктивному плані вона оформлюється через усвідомлення тієї нової **життєвої задачі, яку тепер треба вирішувати**. У часовому контексті оце «тепер» має дуже цікаві особливості. Річ у тому, що воно має виразну темпоральність, пролонгованість і тривалість, але не має звичного для нас часового виміру – «тепер» не можна виміряти, а ні годинником, а ні календарем. Для «тепер» є відносно чітка точка відліку – ми завжди можемо вказати коли воно почалося і сказати чи триває воно зараз, але його завершення фіксується тільки тоді, коли індивід вважає, що дану життєву задачу вже вирішено, тобто постфактум, заднім числом. Незалежно від значущості і емоційного знаку, певна життєва задача може вирішуватися майже миттєво, а може розтягуватися на все життя особи. Наведемо два протилежних за своїм психологічним змістом приклади. Так, задача на подолання власної адикції (тютюнової, алкогольної, ігрової і будь-якої іншої залежності) може бути вирішеною суб'єктом миттєво, одномоментним вольовим актом, а може розтягуватися на довгі роки з невизначеним результатом. А задача на утворення шлюбу «на все життя» може дійсно вирішуватися подружжям протягом всього життя, а може й миттєво завершитися. Ці приклади показують, що ситуація залишається значущою для суб'єкта стільки часу, скільки є актуальною задача, що вирішується.

Таким чином, у вимірі життєвого шляху особистості **кожна ситуація виникає і зникає як форма суб'єктивного структурування зміненого внаслідок події життєвого середовища через усвідомлення власної нової задачі життєдіяльності у період усього терміну актуальності її вирішення**. У цьому сенсі ми можемо представити життєвий шлях не просто як послідовність певних подій, а як змінювання

значущих ситуацій у контексті буденного життя. За такого підходу ми отримуємо можливість розуміння особистості як активного суб'єкта побудови життєвого шляху через усвідомлене вирішення задач на змінювання власного життя.

Проте, одномірне уявлення про життєвий шлях як подієвий вектор від минулого у майбутнє є недостатнім для розуміння життєвих ситуацій особистості. Річ у тому, що у кожний момент буття індивід є включеним в різні **сфери життєдіяльності**, які співіснують паралельно, утворюючи загальну архітектуру життєвого простору особистості. У сучасній психології існує багато варіантів структурування сфер (або середовищ) життєдіяльності, але усі науковці сходяться на тому, що в кожний конкретний момент життя кожний індивід є включеним, принаймні, у три різних сфери, але їх може бути і значно більше. Це означає, що у кожній сфері життєдіяльності одночасно можуть виникати (і виникають) свої власні ситуації, які «нашаровуються» одна на одну. Така конструкція може бути відображена у двовекторній моделі, де одна вісь задається вектором життєвого шляху, а друга – вектором різноманіття сфер життєдіяльності (див. рис. 4.2).

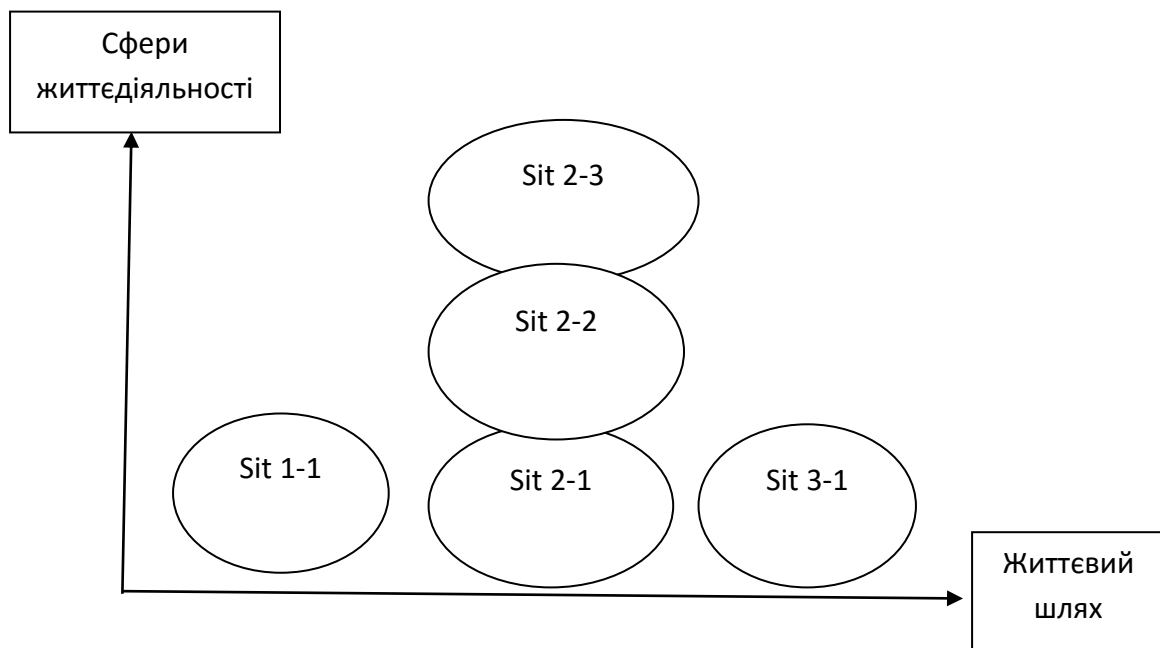


Рис. 4.2. Модель архітектури життєвих ситуацій.

Така багатшарова конструкція ситуацій, взагалі-то є нормальною для життєдіяльності і у кожної людини в життєвому досвіді формується провідна стратегія вирішення проблем і задач, що в них виникають. Сукупність конкретних ситуацій, які постійно виникають у різних сферах діяльності, утворює загальну **життєву ситуацію індивіда**. Дуже важливим є те, що ця сукупність зазвичай не носить системного характеру – кожна ситуація у конкретній сфері діяльності виникає за своїми причинами, має свою внутрішню логіку і будову, потребує свого вирішення. У повсякденному житті ми так з ними і вчиняємо – розносимо у просторі й часі і вирішуємо кожну окремо. У буденній свідомості це зафіксоване у висловах, типу: «Прийшов на роботу – залиш свої домашні проблеми вдома, а прийшов до дому – робочі проблеми залиш на роботі».

У сучасному способі життя, особливо у деяких видах професійної діяльності, часто-густо виникає така загальна ситуація, коли кількість конкретних питань, які потребують нагального вирішення, починає перевищувати фізичні можливості індивіда – їх неможливо розвести (чи, навпаки, з'єднати) у просторі та часі. У людини з'являється відчуття, що вона «розривається на шматки» і це стає її загальною проблемою. Мабуть першими цю проблему відчували управлінці, бо складність керованих систем досягла такого рівня, коли кількість і якість управлінських задач, які потрібно вирішувати одночасно і у різних місцях, перетнула межу індивідуальної спроможності. Тому саме в психології менеджменту з'явилися перші теорії і технології організації діяльності в «полізадачних» ситуаціях. Серед найбільш вдалих психологічних розробок у цьому напрямку ми би виокремили три. По-перше, це зміна базової концепції управління, яка запроваджує перехід від принципу одноосібного прийняття рішень і контролю до колегіальних форм прийняття рішень і делегування повноважень. Делегування повноважень передбачає визнання інших людей повноправними (і повносправними) суб'єктами діяльності у конкретних ситуаціях. По-друге, це розробка технологій «управління часом» (тайм менеджмент), в яких показана

можливість системної організації мислення і діяльності у несистемному (хаотичному) просторі задач, які потребують вирішення. По-третє, це теорія і технологія групових методів вирішення проблем і прийняття рішень, в яких практично стверджується комунікативний принцип будови складних і проблемних ситуацій, а також діалогічна природа мислення по вирішенню цих проблем.

Таким чином, у психологічному плані **перший тип** складних життєвих обставин утворює **ситуація перевищення кількості конкретних задач, які потребують вирішення «тут і зараз», можливості індивіда по організації власної діяльності.** На суб'єктивному рівні ця проблема переживається як «тотальне невстигання», «втрата спроможності», «відчуття провини» тощо. У симптомокомплексі це виявляється у синдромах «вигоряння» та «хронічної втоми». На сьогодні такі ситуації вийшли далеко за межі професійної діяльності і набули масового розповсюдження, що потребує розробки відповідних технологій психологічної допомоги. Так, наприклад, мати з дитиною, яка в силу певних життєвих обставин залишилась без підтримки інших дорослих (чоловіка, своїх батьків тощо), але намагається повноцінно реалізовувати усі необхідні сімейні функції, обов'язково потрапляє у цей тип складних життєвих обставин. Один з можливих варіантів швидкого просування у цьому напрямку – адаптування психологічних технологій, розроблених у галузі менеджменту, до інших ситуацій, у першу чергу, буденних життєвих обставин особистості.

Проте, загальна життєва ситуація може набувати системного характеру, коли виникає внутрішня сутнісна зв'язаність між конкретними ситуаціями, а зміни в одній викликають зміни й у всіх інших. Така системність може виникати або внаслідок дійсно глобальних об'єктивних змін у функціональній структурі життєдіяльності соціуму, або внаслідок системної «наскрізної» дії самого суб'єкта життєдіяльності. До другого варіанту ми повернемось трішки нижче, а зараз зупинимось на першому варіанті.

Системні зміни в загальній життєвій ситуації, як правило, пов'язані з виникненням такого чинника, який змінює об'єктивні умови і характер протікання базових процесів життєзабезпечення і життєреалізації (життєздійснення¹) особистості. Проблемність таких змін для суб'єкта полягає в особливостях соціальної перцепції, бо ми не сприймаємо зміни самого процесу, а відображуємо тільки його предметні прояви. Але ж самі прояви не мають системного характеру, більш того, ми бачимо не всі з них, а тільки ті, що потрапляють у доступну нам інформаційну мережу. Більше того, інформаційна мережа заповнена не тільки істинними даними, але й завжди містить певні викривлення і відверту брехню. Наявний брак інформації призводить до неспроможності відрізнити істину від брехні, що утворює «інформаційний колапс», який робить неможливим прийняття будь-яких розумних і раціонально обґрунтованих рішень. Будь-яке рішення у такий ситуації може виявитися хибним і потенційно може призводити до погіршення особистісного і соціального стану людини.

Людей, за стратегіями поведінки у таких ситуаціях², можна розділити на шість основних категорій.

По-перше, це люди, які вбачають у зламі ситуації нові можливості для розгортання нових видів діяльності. За цим лежить певна особиста схильність до підприємництва³, жага нового, якась частина авантюристів і, головне, внутрішня відкритість новому досвіду.

По-друге, це люди, які починають покладатися на власну «інтуїцію»⁴, вважають, що вони ситуацію «відчувають» і на цій підставі приймають певні рішення. Віра у власну інтуїцію, як правило, супроводжується уявленням про наявність «удачі» чи «щасливого

¹ Різні автори використовують різний термінологічний апарат, але у даному випадку це не є принциповим питанням, тому ми не будемо на ньому зупинятися.

² Всі стратегії, хоча у різній пропорції, проявляються в кожному суспільстві, але тільки за певних соціокультурних обставин вони набувають розгорнутої форми і масового прояву.

³ Підприємництво як життєва стратегія і спосіб мислення склались у період становлення «свільного капіталізму» і особливо яскраво проявилось у процесі освоєння північної Америки.

⁴ Інтуїтивізм набуває масового прояву при розповсюдженні ідей магичної і містичної світобудови при неможливості розумного обґрунтування прийнятих рішень

випадку», яку треба «впіймати», а для цього треба просто з'явитися у потрібний час у потрібному місці.

По-третє, це люди, які намагаються зібрати якомога більше інформації і «прорахувати» ситуацію для прийняття раціонально обґрунтованого рішення. Вони покладаються на власний інтелект та свої аналітичні здібності⁵ і вважають себе «не дурнішими за інших».

По-четверте, це люди, які обирають стратегію пасивного очікування та виживання⁶ «у скрутні часи». Вони вважають, що події, які відбуваються, лежать за межами їх можливості впливати на ситуацію, але все як-небудь та колись «встане на свої місця» і цитують Екклесіаста: «Все минеться, і це також».

По-п'яте, це люди, які обирають стратегію подолання перешкод та боротьби з життєвими труднощами⁷, які завжди виникають на шляху до власного благополуччя. Вони пов'язують благополуччя із соціальним статусом і місцем особи у соціальній ієрархії суспільства.

По-шосте, це люди, які вважають інших винуватцями у тій ситуації, що склалася і висувають до них вимоги на підтримку і забезпечення своєї життєдіяльності. Вони всю свою енергію направляють на відстоювання «своїх законних вимог»⁸, але вбачають можливості діяти тільки у інших людей.

Перші три стратегії організації життєдіяльності у системно складних життєвих обставинах є досить продуктивними. Хоча «підприємці», «інтуїтивісти» та «аналітики» значно відрізняються один від одного і способами дії, і результатами, але у психологічному плані вони

⁵ Раціоналізм як провідна стратегія оформився тільки наприкінці XIX-го ст. і за сто років він перетворився у специфічний «інформаціонізм», який реалізується під лозунгом: «Хто володіє інформацією – той володіє світом».

⁶ Стратегія виживання, мабуть, одна з найдревніших, і вона склалася як провідна форма ще у часи становлення сільськогосподарських громад і землеробського типу ведення хазяйства.

⁷ Ця стратегія набуває масових проявів у тих суспільствах, де громадське життя становиться жорстко нормованим, а соціальні структури формалізовані і організовані по вертикально-ієрархічному принципу, але при наявності, так званих «соціальних ліфтів» (у кастових суспільствах ця стратегія просто відсутня).

⁸ Ця стратегія склалася відносно недавно, у зв'язку з розповсюдженням ідеї правової демократичної держави.

виявляються достатньою мірою благополучними, здатними до змінювання і відчують власне життя як якісне і хороше. Проте, три останні стратегії виявляються не продуктивними і призводять до виникнення серйозних особистісних проблем.

Стратегія виживання, як ми вже казали, будується на уявленні, що сила зовнішніх обставин значно перевищує сили особистості щодо спроможності змінювання ситуації власного життя. Більш того, зовнішні зміни завжди несуть загрозу для усталеного способу життя, а часто й небезпеку для самого життя, а тому, головним завданням для життєдіяльності стає задача на виживання у скрутних обставинах. Стратегія виживання не означає дійсної пасивності індивіда, але його активність набуває специфічних форм. На поведінковому рівні виживання набуває двох провідних форм виявлення – це, або адаптація через вичікування змін, або адаптація через боротьбу з труднощами⁹.

В буденній свідомості адаптація через вичікування підкріплюється безліччю метафор, у яких фіксується дійсний факт циклічності зовнішніх змін. Це й метафори річної циклічності сезонів у природі, й метафора чорно-білої смугастості життя, й таке інше. Відповідно до цього «двоїстого» уявлення про зовнішні зміни вибудовується і стратегія життєдіяльності: у «світлий» період треба взяти «у життя» все що можна і накопичити життєві ресурси, а у «темний» період їх потихеньку і обережно витратити – той, хто накопичить більше ресурсів, той і виграє у цій боротьбі із обставинами життя. Саме серед прихильників цієї стратегії точиться споконвічна суперечка «оптимістів» та «песимістів». Оптимісти вірять, що світла смуга все ж таки настане, а песимісти стверджують, що надалі буде тільки гірше.

Однак, ще раз підкреслимо, що провідною психологічною конструкцією самого акту виживання є діяльність, спрямована на

⁹ В етології показано, що інстинктивна поведінка тварин в ситуації загроз також будується по двом варіантам: бігство (убігти, сховатися, затаїтися тощо) та агресія (напасти першим, знищити загрозу тощо).

накопичення життєвих ресурсів. Здавалося б, що установка на накопичення ресурсів є достатньо позитивною, але більш детальний аналіз показує, що вона має дуже негативні наслідки для індивіда як на поведінковому рівні, так і на рівні особисті.

Проблемність цієї стратегії полягає в тому, що **виживання безпосередньо пов'язане з постійним обмеженням потреб особистості**. У «темний» період життя потреби треба обмежувати, бо ресурсів не вистачає, а у «світлий» потреби також треба обмежувати для накопичення ресурсів. На поведінковому рівні життєдіяльність набуває парадоксальної форми: чим сильніша установка на накопичення ресурсів, тим більшою мірою треба обмежувати власні потреби. Це стосується не тільки базових, фізіологічних потреб, але й усіх інших. Якщо необхідність обмежень переживається як самообмеження, то вона усвідомлюється через формулювання життєвого принципу «економії», але якщо ця необхідність переживається як вимушена, то вона усвідомлюється як «життєві труднощі», як «складні життєві обставини».

На особистісному рівні негативні наслідки стратегії вицікування виявляються у тому, що накопичення ресурсів відбувається без їх прямого співвіднесення із задачами діяльності. Тобто ресурси шукаються не під реалізацію особистісне значущої цілі, а абстрактно, «про всяк випадок». Це призводить до своєрідного «перекручування» ціннісно-мотиваційної структури особистості – значущим стає сам ресурс, а не життєві цілі. Точніше ресурс сам по собі стає цінністю і цільовим предметом діяльності. Всі інші можливі цінності і цілі в суб'єктивному просторі відсуваються на «другий план», як такі, що їх можна буде ставити і досягати тільки після накопичення необхідної кількості ресурсів. Підміна реальних життєвих цілей метою накопичення ресурсів робить цілі недосяжними і вони починають переживатися як «мрії, які ніколи не збуваються» (див. рис. 4.3).

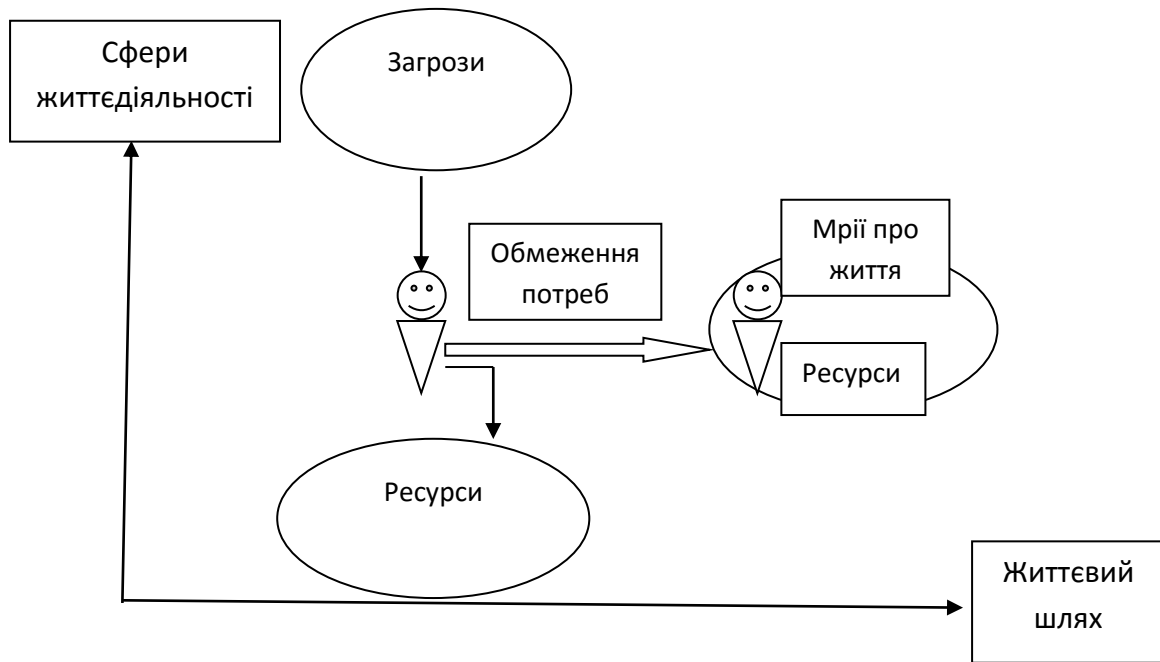


Рис. 4.3. Модель архітектури життєвої ситуації за стратегією «накопичення ресурсів».

Таким чином, ця стратегія породжує сурогатні форми життєвих цінностей і цілей через їх опредмечування у конструкті «ресурси», а дійсні сенси життя постають у суб'єктивному просторі як нездійсненні мрії чи фантазії¹⁰.

Якщо повернутися до проблеми складних життєвих обставин, то для людей з такою стратегією життя, складними постають такі зміни у ситуації життєдіяльності, коли зовнішні чинники починають обмежувати чи перешкоджати доступу до життєвих ресурсів. При неможливості одразу віднайти нові джерела ресурсів, у людей досить швидко формується синдром «жебрацтва», який поєднує: впевненість у власну неспроможність змінити своє життя, зведення потреб до мінімуму виживання і очікування надходження ресурсів із-зовні (очікування «милостині», чиеїсь доброчинності і, навіть, «Божого дарунку»). Вкрай негативним варіантом переживання СЖО такою категорією людей стає ідея зло дійного відняття

¹⁰ Треба відмітити, що проблемність такої життєвої стратегії було осмислено у світовій художній літературі вже к середині XIX-го століття (читай, наприклад, «Гобсек»), а в психології – у середині XX-го століття (читай, наприклад «Быть или иметь»).

ресурсів у тих, у кого вони є. при цьому вони самі не вважають себе злодіями, а посилаються на вимушеність у скрутному становищі та несправедливість життя-долі.

Стратегія боротьби з труднощами, як ми вже казали, полягає в адаптації через досягнення соціальної успішності. Для прихильників цієї стратегії характерним є наявність розгорнутого уявлення про бажані життєві цілі і внутрішня готовність до прямування у цьому напрямку. Але ключовим компонентом життєвих ситуацій є усвідомлення тих зовнішніх обставин, які постають перешкодами на цьому шляху. Тобто зовнішні обставини представлені як труднощі, загрози і перешкоди на шляху до власних цілей. В масовій свідомості існує ціла низка стереотипів, які диктують форми і способи дії у таких ситуаціях: труднощі треба долати; перешкоди – знешкоджувати, а на загрози треба відповідати агресією. Ці установки мотивуються необхідністю демонстрації сили і твердості для самоповаги та отримання поваги з боку інших людей. Дуже важливим є те життєві обставини опредмечуються не тільки у вигляді конкретних труднощів, а й в образі інших людей. Тому «Інший» – це завжди суперник, який несе потенційну загрозу, з яким треба боротися, і за цей рахунок отримувати соціальне і особистісне визнання¹¹.

Проблемність цієї стратегії на поведінковому рівні **пов'язана з негативними формами соціальної взаємодії**: підвищена агресивність, конфліктність, впертість, непоступливість тощо. Проте, ще у класичних роботах У.Томаса, Л.Берковіца, Ф.Зімбардо та інших було переконливо показано, що установка на боротьбу у будь-якому конфлікті призводить не стільки до вирішення спірного питання, скільки до безкінечного відновлення і «возгонки» самого конфлікту. Парадоксальність стратегії боротьби полягає в тому, що чим більше ми вкладаємо зусиль у боротьбу з труднощами, тим менш ми просуваємось у напрямку досягнення життєвих цілей.

¹¹ Відмітимо, що на цій підставі будуються усі конфліктологічні теорії: в політиці (Макіавеллі), економіці (К.Маркс), соціології (Г.Спенсер), психології (К.Хорні) і так далі.

На особистісному рівні проблемність цієї стратегії виявляється навіть не у «поганому характері» людини, а в тому, що вся сила самореалізації переводиться у русло «жаги» перемоги. Індивід починає гордитися тільки тим, що він десь, колись, когось переміг і починає ідентифікувати себе як «переможця», а всіх інших – як «невдах». І ніякі інші досягнення йому вже не потрібні, а їх вже і не може бути. Таким чином, мотиваційно-цільова структура зсувається із змістовних цілей життя на процес боротьби у будь-якій ситуації, життєві цілі відриваються від реальності і діяльності індивіда, а результатом остається тільки акт самоствердження (див. рис. 4.4).

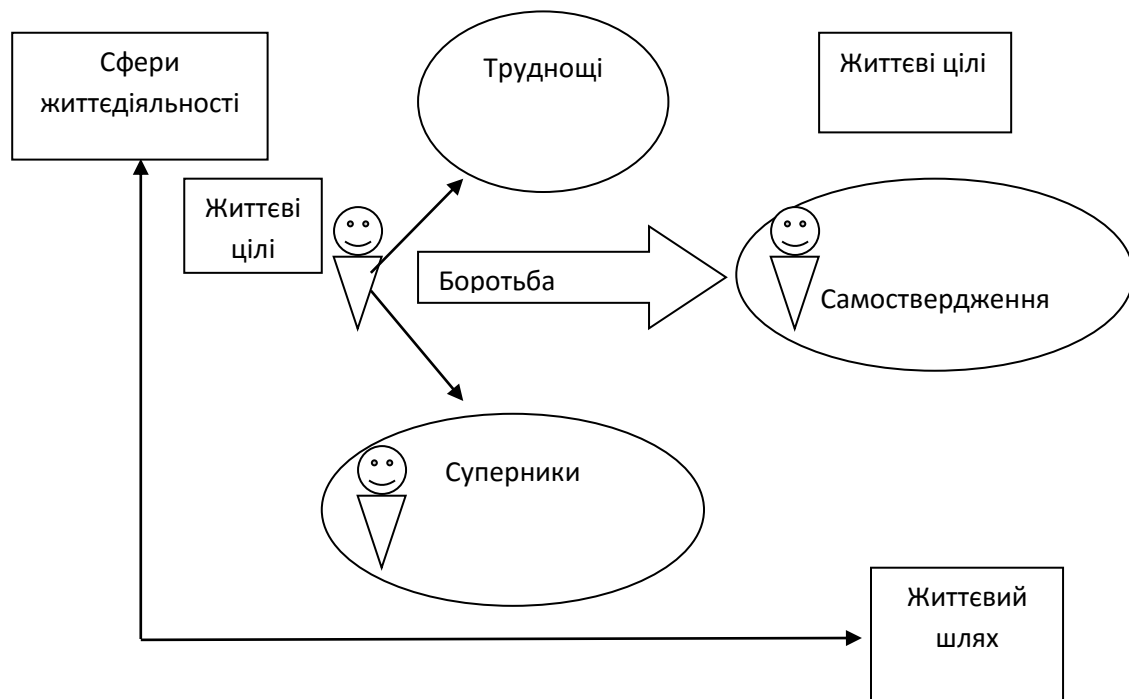


Рис. 4.4. Модель архітекτονіки життєвої ситуації за стратегією «боротьба» .

Складні життєві обставини для прихильників цієї стратегії настають тільки тоді, коли зовнішні зміни неможливо опрідметнити, тобто неможливо визначити з чим або з ким треба боротися. Якщо немає з ким (з чим) боротися, то ситуація, тобто сила зовнішніх обставин, суб'єктивно стає непереборною, а труднощі – нестерпними. Втрата відчуття життєвої успішності і самореалізованості призводить до швидкої та глибокої

невротизації особистості, індивід впадає в стан апатії та депресії з повною втратою життєвої енергії і мотивації до життя. Типовим прикладом СЖО стає ситуація втрати роботи кваліфікованим, успішним спеціалістом при неможливості знайти роботу за фахом. У недавній вітчизняній історії прикладів таких ситуацій, нажаль, величезна кількість – це й масове закриття наукових та проектних інститутів, і масове скорочення офіцерського складу збройних сил, і масове банкрутство містоутворюючих державних підприємств, і таке інше. Наші дослідження показали, що ті безробітні, у кого провідною мотивацією професійної діяльності є соціальний успіх (соціальне визнання) і самоствердження значно гірше за інших переживають ситуацію втрати роботи. Біль того виявлено чітку закономірність: чим вище орієнтація на соціальне визнання на попередньому місці професійної діяльності, тим нижче суб'єктивна готовність до самозмінювання через перенавчання та перекваліфікацію.

Стратегія прохання і вимог базується на уявленні, що у соціальному житті можливість прийняття рішень і впливу на ситуацію належить тільки незначній купці людей, у кого є «влада». Люди, які живуть за такою стратегією, самовизначаються як «прості», тобто як такі, що тільки виконують волю «можновладців». На рівні масової свідомості таке уявлення підтримується різноманітними метафорами, на кшталт метафори «людини як гвинтика у соціальній машині». Люди нібито «делегують» іншим право на прийняття життєво значущих рішень, але при цьому «накладають» на них відповідальність за власне життєзабезпечення і добробут (за теорією «громадянського договору» Т.Гоббса це є усвідомлений «обмін свободи на порядок»). Тому розв'язок базового завдання на життєзабезпечення неминуче впирається в питання про самого суб'єкта життєзабезпечення: чи є таким система соціальних інституцій, які повинні забезпечити «порядок», або конкретні індивіди, які повинні діяти як «вільні» громадяни. Це питання особливо гостро встає й усвідомлюється в періоди різних соціальних трансформацій або

катаклізмів, коли, з одного боку, оголюється неспроможність соціальних інституцій утримувати значну кількість нужденних, а з іншого боку, актуалізуються вимоги постраждалого населення на інституціональне забезпечення.

Проблемність цієї стратегії на поведінковому рівні **пов'язана з тим, що особистість вимушена постійно діяти у позиції «прохача»**, тобто його суб'єктність перевертається з власних цілей на звертання (прохання) до інших про прийняття рішень і визначення цілей діяльності. Іншими словами, з цією стратегією люди діють тільки в умовах наявності ззовні поставленого завдання, але **неспроможні управляти власною життєдіяльністю**. Така стратегія виявляється достатньо ефективною до тих пір, поки «владна» сторона приймає і дотримується своєї відповідальності за життєзабезпечення людей. За цієї умови люди відчують свою «захищеність» від негараздів життя і впевненість, що їм допоможуть за будь-яких обставин. Впевненість у власній потребі і захищеності стає провідною мотиваційною основою цієї поведінкової стратегії. Ця впевненість підкріплена різноманітними правовими актами (не законодавчому рівні – від конституції до конкретних норм законодавства), але, на тому ж правовому рівні закріплена і можливість втрати цього захисту і забезпечення. Тому життєвий парадокс цієї стратегії полягає в тому, що чим вище особиста потреба в зовнішньому захисті і забезпеченні, тим сильнішим стає страх їх втрати, який на суб'єктивному рівні виявляється в страху перед життям (страху життя).

На особистісному рівні проблемність цієї стратегії полягає у наявності **нерефлексивного переживання власної життєвої неповноцінності**. Якщо скористатися комунікативною моделлю Е.Берна, то реально дана стратегія є, певною мірою, «дитячою» що утворює на особистісному рівні внутрішній конфлікт з необхідністю бути «дорослим» і при цьому увесь час відчувати на себе «батьківську» руку. «Дитячий» зміст в дорослому житті індивіда виявляється у постійному переживанні,

яке умовно можна виразити таким чином: «Я постійно комусь, щось повинен, і комусь, чимось зобов'язаний». Така психологічна структура внутрішньої позиції стає підґрунтям глобальної невротизації особистості. Таким чином, стратегія прохання заснована на передачі Іншому права на прийняття життєво значущих рішень з прийняттям на себе зобов'язань по їх виконанню при умові отримання життєвого забезпечення (див. рис. 4.5).

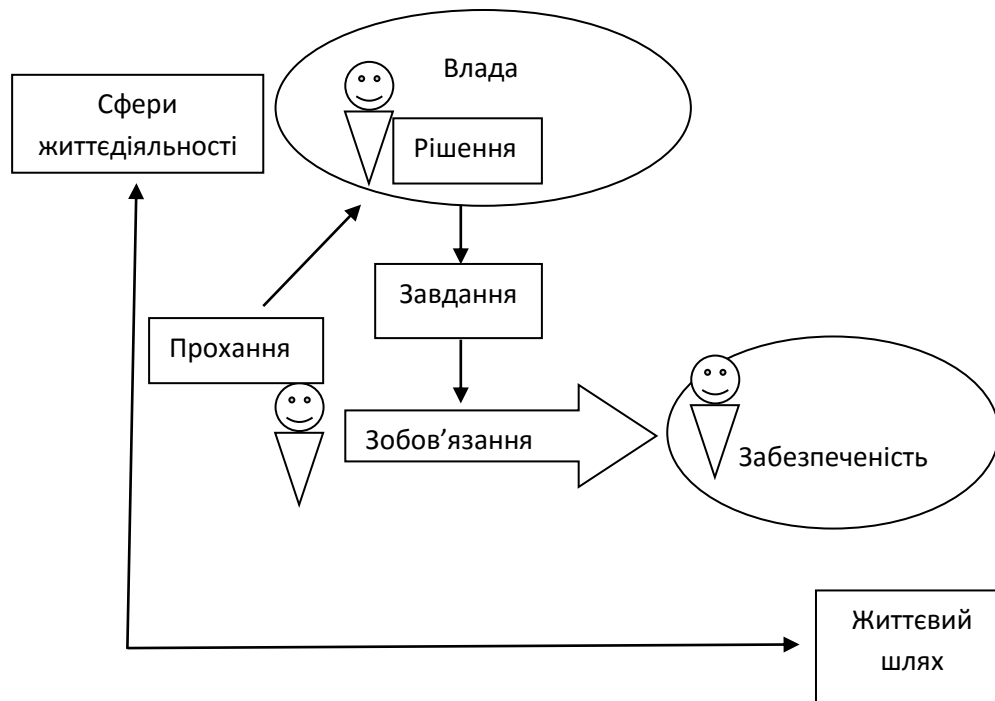


Рис. 4.5. Модель архітектури життєвої ситуації за стратегією «прохання».

Складні життєві обставини для прихильників цієї стратегії настають тільки тоді, коли раптово із простору життя зникає джерело забезпечення, а зовнішні завдання залишаються тими ж самими. Зникнення джерела забезпечення викликає відчуття порушення «договору» владною стороною – вона стає «безвідповідальною» і «невідповідною». Впевненість індивіда, що він повністю виконав завдання і чесно дотримується взятих зобов'язань дає йому відчуття повної власної правоти і, водночас, переживання несправедливості того, що відбувається. Відчуття правоти і внутрішня спрямованість на «відновлення справедливості» стають підставами для розгортання особливої позиції – позиції вимоги. У тих випадках, коли за

вимогами лежить осмислена ідея нового «договору», вони стають продуктивним засобом подолання складних життєвих обставин. Але якщо вимоги спрямовані тільки на відновлення старого способу взаємодії, то вони стають неприйнятними і нездійсненними. У цьому випадку індивід, як правила вдається до таких дій, які в кінцевому результаті призводять до спрощення, а то й взагалі розпаду особистості. На макросоціальному рівні цей феномен добре описано через поняття «рентних установок», а на мікросоціальному – через поняття «утримання». І в одному, і в другому варіантах індивід фактично відмовляється навіть від думки про необхідність самозмінювання і вкладає всі зусилля на спроби змінити інших.

Проведений аналіз дозволяє зробити певні узагальнення і висновки.

1. Динамічний характер життя як способу існування світу постійно призводить до змінювань в об'єктивних умовах життєдіяльності людини. Ці зміни можуть по-різному впливати на структуру та зміст життєдіяльності, що залежить від ступеню безпосередності чи опосередкованості їх значення для організації та здійснення конкретних діяльностей індивідом.
2. Однією з ознак життєдіяльності людини є її спрямованість на стабілізацію умов існування з усталеними формами і способами життєзабезпечення і життєреалізації особистості. Ця усталеність виявляється у феномені буденного життя і буденної свідомості.
3. Ті зміни в умовах життєдіяльності, які компенсуються за рахунок поточної корекції у структурі засобів чи в операційній схемі конкретних актів діяльності ідентифікується особистістю як **«нормальне» життя** і взагалі не сприймаються як зміни. Ті зміни, які викликають необхідність вирішення додаткових задач в організації та реалізації діяльностей ідентифікуються як **життєві «труднощі»**. Ті зміни, які вимагають від індивіда прийняття нових рішень ідентифікуються як **життєва «ситуація»**. Ті зміни, які стають

перешкодою на шляху розгортання усталеного способу життя ідентифікуються як **«складні життєві обставини»**.

4. Провідною формою фіксації зв'язку зовнішніх умов життя і форм організації діяльності є поняття «ситуації». Суб'єктивне уявлення про ситуацію має двошарову будову. Нижній шар містить уявлення про елементи ситуації і їх зв'язках, а верхній шар містить уявлення про способи дії й поведінки стосовно елементів ситуації. Ця конструкція з'єднується й утримується на образі мети-предмета, який задає внутрішню усвідомленість усім її компонентам. Образ ситуації починає осмислюватися й переживатися, як «моя ситуація», а уявлення про способи дій перетворюється в план дій, в образ поведінкового акту. Якщо в уявленні суб'єкта ці два шари виявляються добре погодженими, то розгортається конкретна поведінка, але якщо в них виникають розриви або протиріччя, то розгортаються особливі процедури рефлексії та проблематизації.

Ці розриви можуть бути трьох типів:

- елементи образу ситуації не складаються в цілісний і внутрішньо несуперечливий образ, що фіксується на рівні свідомості як питання-твердження: «Я не розумію, що відбувається»;
 - відсутній образ-зразок якого-небудь значимого способу дії: «Я не знаю, що робити»;
 - не знаходяться підстави для визначення доцільності: «Усе це зовсім безглуздо».
5. Складні життєві обставини переживаються індивідом як неможливість «жити за таких умов» та власна неспроможність змінити самі умови життя. Вони виявляються на двох рівнях: на рівні депривації можливості здійснення самостійного забезпечення життєвих потреб і на рівні депривації можливості самореалізації особистості.
6. Складні життєві обставини завжди виникають «раптово», як зміни що лежать поза зоною очікувань і прогнозування. Їх проблемність

полягає у принциповій відсутності в індивіда психологічної готовності до утворення нових схем організації власної життєдіяльності в умовах, що змінилися. Але утворення нових схем організації власної життєдіяльності принципово неможливо в рамках усталеного «образу-Я» та «Я-концепції» індивіда, які склалися і забезпечували життєву ефективність у попередньому, же не актуальному і не адекватному способі життя.

7. Внутрішня неспроможність особистості прийняти нові обставини як необхідність самозмінювання постає провідною психологічною перепорою на шляху подолання складних життєвих обставин. Психологічні бар'єри щодо самозмінювання закладені у структурі стратегій життєдіяльності, які нереклексивно переживаються особистістю як правильні і ефективні.
8. Практика соціальної допомоги індивідові у складних життєвих обставинах у вигляді надання елементів життєзабезпечення є необхідною, але тимчасовою мірою. У життєвій перспективі особистості така практика призводить тільки до подальшого погіршення ситуації і до деградації самої особистості.
9. Практика психологічної допомоги індивідові у складних життєвих обставинах має будуватися як фасилітація і розвиток особистісної спроможності до самозмінювання у мінливих умовах сучасного життя.
10. Складні життєві обставини розпочинається з події, а завершуються особистісним вчинком.

4.2. ЕКОЛОГІЧНА СКЛАДОВА АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДО ЗМІН УМОВ БУТТЯ

Зміни позиції особистості щодо аксіологічних складових уявлень про Світ прямо або опосередковано впливають на сценарій адаптації, особливо в умовах зміни (трансформації, або мовою політиків - модернізації) економічних і соціально-психологічних умов життя.

Нові вимоги які пред'являються, ставлять перед особистістю безліч завдань самореалізації охоплюючи різні сфери життя, і в той же час вимагають гармонізації їх вирішення.

Експлуатація «Я-фізичного або тілесного», «Я-соціального», «Я-інтелектуального», «Я-психологічного» та інших безумовних складових «Я - концепції» особистості детермінуються їх цільовою функцією, як інтегрального показника індивідуальних досягнень.

Саме рух до цілі робить життя людини осмисленою, і саме ступінь досягнення цілей визначає рівень її задоволеності життям.

Відповідно, дедалі актуальнішими стають дослідницькі пошуки оптимізації розвитку здорової та гармонійної особистості, формування здатного вирішувати життєві протиріччя, боротися з факторами, які негативно впливають на досягнення поставлених цілей в різних сферах життєдіяльності людини, мобілізації для цього, як внутрішніх (біопсихічних), так і зовнішніх (культурних) можливостей для планування і реалізації адаптації індивіда.

Роль функціональних обмежень, які формують простір можливих «адаптацій», виконують «виробничі функції» самої людини і зовнішнього середовища.

Параметри і змістовні характеристики психологічного здоров'я необхідно розглядати як систему. Системний підхід відкриває можливості

дослідження психічної реальності з урахуванням комплексу детермінант, джерелом яких є дійсність буття конкретної людини, яка переживається нею в якості реальності існування і усвідомлених можливостей самореалізації, в діяльності та її результатах.

Взаємодія людини зі своїм Світом бачиться як неперервний процес просторово-часового «розгортання» потреб особистості представленого в змісті конкретних ситуацій, пошуку відповідності способу життя мінливого в процесі життя його ціннісно-смисловій основі.

Особистісні біопсихічні і соціальні ресурси, будучи джерелом сили людини, що дозволяє їй впоратися з ситуацією, а також досягти значних життєвих успіхів, в більшості публікацій розглядаються як системна здатність людини до усунення протиріч з життєвим середовищем, здатність до подолання несприятливих життєвих обставин за допомогою трансформації (адаптації) смислів і їх значення для самовизначення.

Аналіз широкого спектра історично сформованих і актуальних для наукової громадськості думок академічного середовища щодо ресурсних адаптивних можливостей особистості нами буде представлений нижче. Однак як показує більшість дослідників психології людини, серед основних детермінант, що визначають його життєві орієнтації: прагнення до адаптації з зовнішнім середовищем; прагнення до задоволення дефіцитарних потреб, яке характеризується в термінах зняття напруги; прагнення до цілісності «Я»; прагнення задовольнити потребу в самовираженні; прагнення до самореалізації, розкриття своїх можливостей; прагнення до самотворення, самовдосконалення; пошук сенсу життя в системі духовних цінностей.

Особистісні ресурси розглядаються як детермінанти і ознаки якості життя, рівня життя людини. Поняття «ресурси» також використовується в різних дослідженнях, пов'язаних з вивченням психічної реальності індивіда.

З огляду на вище сказане, метою даного дослідження ми бачимо узагальнений теоретичний аналіз основних психологічних підходів до розуміння особистісних ресурсів адаптації до швидко змінюваного соціального світу, його аксіологічного «вимірювання» в контексті завдань самореалізації сучасної людини.

Природа істини в її мінливості і в той же час незмінності. Пізнання істини робить нас людьми і як зазначав Е. Гіденс «необхідно любити істину так, щоб кожну хвилину бути людяним ...» [29, с.62].

Широке поширення в психології придбав ресурсний підхід, в контексті ідей гуманістичної психології (Е. Фромм, В. Франкл та ін.). Зокрема були виділені три категорії, що позначаються як психологічні ресурси людини в подоланні важких життєвих ситуацій: Надія, Віра і Сила.

Надія - то, що забезпечує готовність особистості до зустрічі з майбутнім, саморозвиток і бачення його перспектив, то, що сприяє життю і зростанню.

Віра (раціональна віра) - усвідомлення існування безлічі можливостей і необхідності вчасно ці можливості виявити і використати.

Сила (душевна сила, мужність) - здатність чинити опір спробам поставити під загрозу Надію і Віру, здатність протистояти їх руйнуванню, перетворивши в голий оптимізм або (і) ірраціональність у відносинах із соціумом.

Особистісний ресурс в терміні «потенціал» розглядав Д.А. Леонтьєв. Потенціал, згідно Д.А. Леонтьєву, є інтегральною характеристикою рівня особистісної зрілості, а головним феноменом особистісної зрілості і формою прояву особистісного потенціалу є рівень самодетермінації особистості (здатність самостійного вибору напрямку саморозвитку).

В рамках біопсихічного вектора досліджень особистісний ресурс традиційно розглядається в категоріях стресостійкість, або життєстійкість, уявлення про які постійно уточнюється сучасними авторами

(досліджуються складові життєстійкості, виживаність, психічна, поряд з психологічною стійкістю, до якої відносяться такі якості, як здатність приймати виклик, залученість, схильність приймати на себе відповідальність за події, що відбуваються).

Так, інтерпретуючи життєстійкість, С. Мадді в її визначення включає три компонента:

- Залучення в процес життя - впевненість в тому, що участь у цих заходах дає максимальний шанс знайти щось достойне та інтересне для особистості. В основі залучення лежить впевненість в собі - сприйняття людиною своєї здатності успішно діяти в тій чи іншій ситуації (самоефективності).

- Впевненість в підконтрольності значущих подій свого життя і готовність їх контролювати - переконаність в тому, що боротьба дозволяє впливати на результат того, що відбувається (на рівень контролю впливає особистісний спосіб пояснення причин відбиваючих подій);

- Прийняття виклику життя - переконаність людини в тому, що всі події які відбуваються з нею сприяють її розвитку за рахунок набуття досвіду [48].

Спрощуючи, фактично, залученість, самоефективність, переконаність, контроль і «прийняття виклику», а швидше за рівень самооцінки і, повертаючись, самоефективність, визначаються ключовими складовими і ланками адаптації.

Адаптаційні можливості людини як особистісний ресурс розглядає і С. Хобфолл, фокусуючи увагу не тільки на інтерсуб'єктних, але і позаособистісних відносинах. На думку автора, особистісний ресурс адаптації включає нерідко виразно конфліктну дихотомію:

- 1) матеріальні об'єкти (дохід, будинок, транспорт, одяг, об'єктні фетиші) і в той же час нематеріальні (бажання, цілі);

2) зовнішні (соціальна підтримка, сім'я, друзі, робота, соціальний статус) і внутрішні інтраперсональні змінні (самоповага, професійні вміння, оптимізм, самоконтроль, життєві цінності, система вірувань і ін.);

3) психічні та фізичні стани, вольові, емоційні та енергетичні характеристики, які необхідні (прямо чи опосередковано) для виживання або збереження здоров'я у важких життєвих ситуаціях, або служать засобами досягнення значущих для особистості цілей [9].

При цьому вплив досвіду, знань і навичок в особистому та «формальній» складових вибору поведінкових формул не уточнюються, хоча передбачення результату завжди присутнє в будь-якій свідомій дії.

Самореалізація особистості, розуміння, осмислення тлумачення передбачає не тільки факт констатації, себе і світу, а й формування його відповідного конструкту і стилю когнітивної адаптації.

«Ресурси є тими фізичними та духовними можливостями людини, мобілізація яких забезпечує виконання його програми і способів (стратегій) поведінки для запобігання або купірування стресу» заявляє В.А. Бодров [22, с.115-116]. Однак особистість не є сукупністю навичок його подолання.

К. Муздибаєв визначає ресурси як засоби до існування, можливості людей і суспільства; як все те, що людина використовує, щоб задовольнити вимоги середовища; як життєві цінності, які утворюють реальний потенціал для подолання з несприятливими життєвими подіями, відзначаючи саме особистісну складову адаптаційних можливостей індивіда.

Дещо інший, але не такий, що суперечить особистісно центрованому і гуманістичному підходу пропонує Є.П. Белінська. Автор відштовхується від психології співволодіння, визначаючи його конструкт в термінах динамічного процесу, перебіг якого визначається не тільки характеристиками самої ситуації і особистісними особливостями суб'єкта, а й їх взаємодією, що формує відповідні когнітивні моделі.

Вибір сценарію поведінки при стресі, викликаному прискорюється динамікою соціальних змін, вимагає переоцінки особистістю своїх можливостей, критичного сприйняття життєвих труднощів як самої можливості самовдосконалення та самореалізації, змісту втрат і придбань нехай навіть на потенційному рівні.

Ресурсна концепція подолання стресу передбачає три основних ситуації які безпосередньо впливають на адаптацію: перша - переживання загрози втрати необхідних для неї ресурсів, друга - фактична втрата адаптивних ресурсів, третя - відсутність адекватного відшкодування витрачених ресурсів, коли особистий внесок для досягнення бажаного значно перевищує результат [54, с.570].

Саме в єдності когнітивних, емоційних і поведінкових компонентів, включаючи аналіз раніше вироблених ціннісних моделей, нам представляється концептуальна основа соціально-психологічного дослідження екології *Homo sapiens* в сучасному світі, наукової оцінки та прогнозування його ресурсних можливостей і результатів адаптації.

Благополуччя особистості яка володіє Надією, Вірою і Силою не тільки формує аксіологічні засади стратегій адаптації, а й детермінує конкретні вибори «тут і зараз».

Благополуччя людини має суб'єктивно-об'єктивні підстави. Вивчаючи модуси благополуччя особистості розглянуті Р.М. Шаміоновим і іншими авторами, зокрема, модус матеріального поповнення, модус особистісного і соціального самовизначення, модус фізичного і психологічного здоров'я, модус професійного самовизначення і зростання [68], ми не згодні з тими, хто адаптацію розглядає в контексті, в першу чергу, домагань особистості, а також завдань підтримки соціально-економічної, нормативно-правової «рівноваги» в суспільстві.

В рамках екопсихологічного підходу, в першу чергу, необхідно враховувати, що адаптація не тільки соціальний процес, а й властивість живої саморегульованої системи, що складається в здатності

пристосовуватися до мінливих зовнішніх умов. Людина соціальна за визначенням особистості. Однак особистість і суспільство категорії взаємопов'язані, але не тотожні. Біопсихосоціальний ресурс людини, в кінцевому рахунку, формує «Я - концепцію» особистості, її вибір способу життя є результатом самовизначення в оцінці особистісних ресурсів і ціннісному вимірі їх значимості.

Буття особистості це усвідомлення людиною сутнісних характеристик своєї життєвої реальності [57, с.295], або, по іншому, її світ, це спосіб існування, сукупність «Я» у взаємодії з іншими людьми і речами, в яку включається те, що відноситься до людини і до чого вона ставиться в силу своєї сутності, і що є для неї значущим.

Людина є лише частиною в організації живого. Відповідно і на неї поширюються загальні закони характерні для всіх живих істот на цій планеті. Використовуючи еволюційний підхід, слід звернути особливу увагу на вивчення індивідуальних норм реакції, біопсихічних та соціально-психологічних процесів елімінації.

Як зазначав І.І. Шмальгаузен, типи адаптації формуються внаслідок загальних умов середовища, характерних для існування, проте, приватні адаптації, на відміну від загальних, пов'язані з конкретними умовами передбачаючи прогрес і регрес.

У цьому зв'язку не середньостатистичні дані по соціальному консенсусу, а біопсихосоціальний відбір «контролює» адаптаційний ресурс ефективної діяльності в конкретних соціальних умовах, включаючи його аксіологічні характеристики.

Особливе значення в цьому процесі, на нашу думку відводиться рефлексії. Усвідомлення вектора динаміки є індивідуальною основою її корекції, наприклад, в пошуку психологічної та соціальної підтримки, цілі якої сформульовані і особистісно схвалені, зниженні або загостренні соціального конфлікту як вибору самореалізації і т.д.

В рамках гуманістичної парадигми екопсихології все більш очевидною стає необхідність відходу від пошуків в області найбільш ефективного *Modus operandi* до *Modus vivendi*, акцентуючи увагу на складних ситуаціях і діях в них індивіда з позицій його власного внутрішнього світу. У зв'язку з цим дослідний фокус ставиться на ту суб'єктивну реальність, яку кожна людина формує в своєму життєвому просторі з опорою на власну систему значущих цінностей, які виступають в якості своєрідної системи координат, по відношенню до яких і інтерпретуються зовнішні події, і визначається активність в процесі самотворення і самореалізації.

Особистісний ресурс адаптації не настільки в подоланні, скільки в творенні нового «Я». Пасіонарність особистості як її риса визначається не тільки життєстійкістю, зокрема біопсихічною, а й сенсом, що визначає її вектор, а також етику, яка задає критерії вибору сенсу, шляхи досягнення (рішення) життєвих завдань.

У зв'язку з цим, особливо в контексті завдань, що стоять перед сучасною людиною, вивчення особистісних ресурсів адаптації і самореалізації, набуває проблема його суб'єктності в тактиці і стратегії поведінки, особливо на тлі конфлікту між індивідуальними потребами і вимогами соціуму.

Йдеться і про міру суб'єктності в інтерперсональній взаємодії, і про міру використання біопсихічних ресурсів в процесі їх експлуатації індивідом.

Категорія міри в наших наукових пошуках не є основною, але й не другорядною. Здатність особистості співвідносити оптимальним способом необхідне і бажане, виступає найважливішою формою суб'єктної активності, представляючи собою таку фундаментальну і інтегральну особистісну характеристику, як відповідальність.

Саме відповідальність, і тут неможливо не погодиться з С.Л. Рубінштейном, є максимальним вираженням суб'єктної позиції в

діяльності і життєдіяльності особистості [56], трансляції особистісної зрілості, здатності самостійно, осмислено організовувати свою діяльність і життєдіяльність і приймати на себе відповідальність за постановку і реалізацію всіх життєвих цілей і прийнятих рішень.

В цілому слід зазначити, що саме вибір і відповідальність, перед соціумом і, особливо, перед собою є тим, що формує людину як особистість.

Ресурс особистості визначає і прогрес, і регрес як складові адаптивного процесу не тільки на біологічному, а й психологічному рівнях. Втрата деяких, прийнятих за основу оцінки соціально-психологічної успішності «особистісних» критеріїв сьогодні може бути компенсована завтра, в той же час як не може бути компенсований її біопсихічних ресурс. Онтогенез є частиною філогенезу, але з поправкою на Віру, Надію і Силу, пасіонарність в самореалізації. Чим більше стиснуті просторово-часові рамки змін, тим більше стають актуальними психологічні дослідження і відповідно психологічна допомога в самоактуалізації, самореалізації, творенні Світу навколо себе і Світу в собі.

Узагальнюючи вище представлене хотілося б акцентувати увагу на наступних концептуальних позиціях:

- Параметри і змістовні характеристики психологічного здоров'я необхідно розглядати як гармонію особистості в її біологічному, психологічному і соціальному аспектах. Саме системне розуміння адаптивних ресурсів людини є дослідницькою основою і одночасно практикою надання допомоги людині, яка опинилася в складних соціальних умовах.

- Розуміння, осмислення, тлумачення особистістю «Я-соціального» передбачає не тільки факт констатації, себе і світу, а й формування його відповідного конструкту і стилю когнітивної адаптації. Слід зазначити, що саме вибір і відповідальність, перед соціумом і, особливо, перед собою є тим, що формує людину як особистість.

- Ресурс особистості визначає прогрес і регрес як складові адаптивного процесу не тільки на біологічному, а й психологічному рівнях. У зв'язку з цим конструктивність активності особистості слід аналізувати, в першу чергу в категоріях «самозбереження», «самоактуалізація», «самореалізація», типового та індивідуального в виборі стратегій адаптації та переживанні відповідальності за їх наслідки перед собою і соціумом.

- Дослідницький фокус ставиться нами на ту суб'єктивну реальність, яку кожна людина формує в своєму життєвому просторі з опорою на власну систему значущих цінностей, які виступають в якості своєрідної системи координат, по відношенню до яких і інтерпретуються зовнішні події, і визначається активність в процесі створення особистістю свого світу.

4.3. ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ У СУЧАСНОМУ ІНФОРМАЦІЙНОМУ ПРОСТОРИ

4.3.1. Самовідчуження особистості і Інтернет

У подіях останніх декількох років в Україні, а трохи раніше у країнах Північної Америки і Західної Європи, чітко окреслилося одне соціально-психологічне явище, пов'язане з соціальними мережами у поєднанні з електронними ЗМІ. Його сутність можна описати як масове «глибоке занурення» в інформаційний контент, пов'язаний з подіями суспільно-політичного життя. Глибина тут розуміється суттєвим домінуванням у способі життя особистості активності, пов'язаної саме з такими повідомленнями. Цьому усіляко сприяють й корпорації – власники відповідних сервісів: Facebook, VK, Twitter, Youtube, LinkedIn й ін., удосконалюючи існуючі й створюючи нові засоби залучення і утримання уваги окремого користувача. Контекстно залежна реклама і повідомлення відповідно до попередніх запитів і уподобань в музиці, літературі, кіно, політичних настанов тощо; підбір людей, з якими користувач так чи інакше може бути пов'язаний, може «стати другом»; приєднання до кола відомої людини; сприяння мережевій активності у вигляді купонів й скидок – далеко не повний перелік технік і технологій, що використовуються для досягнення означеної мети.

Вочевидь, ми маємо справу з новітніми соціальними технологіями, використання яких пов'язане з психологічними і соціально-психологічними аспектами життя окремого індивіда й може спричиняти особистісні зміни, що призводять до трансформації його способу життя, життєвих цілей, цінностей і смислів.

У зв'язку з цим для дослідника представляють інтерес відповіді на такі питання: що спонукає людину «занурюватися» у соціальні мережі? Які психологічні механізми при цьому актуалізуються? Які можливі

психологічні і соціально-психологічні наслідки такого включення? Яким чином можна протистояти і протидіяти залученню до цього «віртуального світу»? Чи варто йому протистояти? Як знижувати чи запобігати негативному впливу від «занурення»?

Ми живемо у час, який нерідко називають «інформаційною епохою». Вона характеризується зростанням інформаційного контенту, джерел інформації, контактів, їх частоти, швидкості. Те, що вважалося швидким навіть десять років тому, на сьогодні є повільним. Цьому сприяє, зокрема, перехід від персоніфікованої інформації до не персоніфікованих невеликих змішуваних повідомлень.

Усе більше людей витрачають все більшу кількість власного часу на відслідковування поточних подій, інформація про які поширюється електронними засобами, їх обговорення і переживання. Причому, часто з настільки тривалим і потужним емоційним навантаженням, що на інші справи сил та енергії вже не вистачає. Якщо, наприклад, у громадянина Л. в мережі Facebook 100 друзів. Кожен з них щоденно по декілька разів ділиться з власними «друзями» й з іншими користувачами, у тому числі з Л., цікавими фотографіями, відео, публікаціями, коментарями, тобто «репостить» контент. Неважко зробити досить грубу оцінку того, що даний громадянин переглядає, читає, відгукується, зокрема «лайкає», від 100 повідомлень на день. До цього він ще й сам «репостить» щось цікаве чи корисне й, бажано, обговорює у коментарях з власним колом спілкування, очікує його реакції. Як стверджують постійні користувачі соціальних мереж, постійно необхідно «бути на зв'язку», тобто знаходити час для перегляду «останніх новин» у твіттері, оновлення статусу у фейсбуці, відповідей на повідомлення електронної пошти.

Якість обробки і аналізу повідомлень напряму залежить як від часу, що витрачається на них, так і від зосередженості на інформації. Оскільки час обмежений, а повідомлень багато, вочевидь, що даний процес супроводжується підвищенням збудження, агресивності, втомлюваності,

хронічною втомою, зниженням критичності й ін. Якщо враховувати й інші соціальні мережі, зокрема twitter, Youtube, стрічки новин ЗМІ, то становище стає ще більш критичним.

За даними досліджень постійних американських користувачів Інтернет ([8]), в середньому щодо використання фейсбуку отримано такі результати¹²: кількість «друзів» становила 329, частота оновлення статусу – 8 разів на місяць, 34 рази ставлять «лайкі», 22 рази коментують, 15 разів пишуть у «приватку». При цьому вони, щонайменше 12 разів на місяць завантажують фото, 25 разів на день відсилають або отримують електронні листи, 32 рази на день читають SMS, 2 рази на день обмінюються фото.

У чому причина такої високої залученості до соціальних мереж; чому людина починає витрачати все більше часу на перебування у цьому «віртуальному просторі»? Відповідь на дане питання ми розглянемо на рівні зовнішніх чинників, які спонукають, активують, спрямовують до цього, і психологічних детермінант і механізмів, через які особа включається у даний процес й не виходить з нього.

Серед зовнішніх причин бурхливого розвитку медіа соціальних мереж зазвичай виділяють такі:

- розвиток ІТ сфери або **можливостей** швидко й незалежно від відстані і місця отримувати, обробляти, передавати, зберігати і відтворювати великі обсяги медіа інформації;
- комерціалізація ІТ сфери як одна з фундаментальних рушійних сил розвитку через конкуренцію, яка серед іншого обумовлює спрямованість продуктів на кінцевих непрофесійних користувачів, тобто спрямованість на максимальну зручність, надійність, естетику;
- зміна ринку праці, пов'язана з появою нових професійних спільнот у сфері ІТ;

¹² Варто відзначити, що існують деякі залежності вікова залежність за вказаними показниками, чим більший вік дорослого користувача, тим менше значення вимірюваних показників.

- розмивання територіальних кордонів держав і суттєве зростання мобільності населення;
- розвиток Інтернет-технологій.

Однією з ключових передумов включення людини у соціальні мережі в нашій країні в останні роки є висока нестабільність соціально-політичної ситуації, військові і терористичні дії і загрози, їх соціальні і економічні наслідки. Саме нестабільність і невизначеність активує потребу в інформації, вимагає бути в курсі поточних подій, переживати їх, включатися в їх обговорення, у прогнозування можливого майбутнього. Найбільш оперативну і повну «сиру» інформацію про те, що відбувається, можна отримати перш за все з соціальних мереж від безпосередніх учасників подій.

Окрім потреби в інформації соціальні мережі є простим і зручним інструментом для задоволення цілої низки інших потреб пересічної людини. Серед них виділяють ([2; 21]) потреби у:

- соціальній стимуляції. Особливо актуальною вона є у підлітковому віці, коли людині вкрай необхідно відчувати зацікавленість нею з боку інших, як значущих знайомих, так і не знайомих людей;
- подіях, яка відображує динамічність, насиченість життя. Це передбачає емоційну забарвленість, включеність і зацікавленість людини;
- впізнанні, пов'язаної з соціальною підтримкою, зовнішнім підтвердженням власного Я;
- визнанні і досягненні, пов'язаними з зовнішнім підтвердженням власної значимості, важливості тощо.

У 2010 році на замовлення «Нью-Йорк Таймс» було проведене велике соціально-психологічне маркетингове дослідження «Чому люди репостять записи?» (“Why do people sharing online?”, [3]), метою якого стало вивчення мотиваційної рушійної сили, що спричиняє відповідну

активність людей у мережі. Воно проходило три фази – «етнографічну» у вигляді безпосереднього інтерв'ю з мешканцями Нью-Йорку, Чикаго і Сан-Франциско, «занурення / депривації» у вигляді однотижневого тренінгу і онлайн опитування, в якому взяли участь 2 500 постійних користувачів Інтернету. Дослідження складалося з чотирьох частин. Перша була присвячена аналізу мотивів, що спонукають людину ділитися інформацією з іншими, друга – процесу репостінга, у третій – виділялися основні принципи для класифікації мотивів ділитися інформацією з іншими, в четвертій частині визначалися категорії потенційних споживачів, що можуть розповсюджувати ту чи іншу комерційну інформацію через соціальні мережі. В основу експерименту було покладено піраміду потреб А. Маслоу. В результаті було отримано 5 основних мотивів активності у соціальних мережах:

- 1) 84% досліджуваних використовують їх для пошуку соціальної підтримки, вони отримують можливість звернутися по допомогу чи отримати пораду щодо важливої проблеми;
- 2) 78% користувачів задовільняють потребу у соціальних контактах. Соціальні мережі дозволяють їм залишатися на зв'язку з іншими;
- 3) – 4) Майже однакова кількість респондентів (69% і 68%) пояснили їх використання бажанням самопрезентації і самореалізації;
- 5) майже 50% досліджуваних подібним чином задовільняють потреби в інформуванні один одного цінним чи розважальним контентом.

Вказані причини дозволили американським дослідникам виділити шість типів користувачів, що діляться контентом:

- «альтруїсти», які поширюють контент усім тому, що це їм може бути корисним чи цікавим;
- «кар'єристи» зацікавлені у контенті, що стає у нагоді їхньої професійної діяльності, допомагає досягти в ній успіху;

- «хіпстери», які поширюють інформацію про те, якими вони є;
- «бумеранги», які поширюють провокативну інформацію з метою отримати реакцію на неї;
- «коннектори» використовують поширення контенту з метою організації усіляких зустрічей в «офлайн»;
- «селекціонери», що діляться інформацією тільки з конкретними користувачами, для яких, як вони вважають, ця інформація буде корисною.

До схожих висновків дійшли і автори всесвітнього дослідження IPSos ([17], 2013) щодо причин репостінгу у соціальних медіа. Ними було виділено бажання: ділитися цікавими, важливими, веселими і унікальними речами; рекомендувати послугу, ресурс, продукт й ін.; підтримати власну справу, організацію, ідею; показати себе, інших, що «я в курсі»; взяти участь у бесіді.

Зручність і простота у задоволенні вищевказаного досягається через інструмент «лайків», який іноді називають «кібервалютою». Американський дослідник у сфері медіа психології А. Балік констатує [2], що натискання лише однієї кнопки у фейсбуці (мається на увазі «лайк») замінює соціальні дії з визнання, підтвердження, перевірки, прийняття, розуміння, оцінки, знайомства тощо. Науковець порівнює інформаційно-технологічні новоутворення у соціальних процесах з фаст-фудами, що оточують сучасну людину і пропонують певний швидкий заміник природної їжі, який містить ті самі споживчі речовини, але є значно доступнішим, тобто не вимагає значної власної активності з його отримання [1]. Розвиваючи цю думку, він вбачає в соціальних медіа ще більшу, але аналогічну фаст-фудам, небезпеку. Розповсюдженість соціальних мереж подібно всюдисущості харчових продуктів призводить до необхідності постійної перевірки і підтвердження того, що ми споживаємо здорову і корисну їжу. Сучасному мешканцю міста стає все

важче усамітнитися, хоча б для того, щоб перевірити і підтвердити «здоровість» і «корисність» соціальних (мережевих) контактів, що він має.

Проте причини швидкого поширення і популярності соціальних мереж більш глибокі. Ми стверджуємо, що в їх основі досить часто лежить бажання у деперсоналізації, злитті з іншими, потреба уникнути самотності, страх бути ізольованим. Причому самотність і ізольованість розуміється саме як моральна, але не фізична. Досить точно описує причини і психологічні механізми долання цієї самотності теоретична модель, запропонована Еріхом Фромом у монографії «Втеча від свободи» (1941). Тому у поясненні ситуації з різними феноменами, пов'язаними з використанням соціальних мереж ми використовуємо саме її.

Страх бути ізольованим обумовлюється, за Фромом, щонайменше двома причинами – потребою у підтримці і суб'єктивною самосвідомістю, через яку людина усвідомлює себе як індивідуальну істоту відділену від природи й інших людей. Це усвідомлення призводить до почуття власної незначності у порівнянні з середовищами буття, втрати життєвого смислу і спрямованості. Переростаючи первинну єдність зі світом й людьми і усвідомлюючи власну самотність, людина все категоричніше постає перед вибором: возз'єднатися зі світом у спонтанності любові і творчості діяльності чи знайти собі якусь опору, за допомогою таких зв'язків з цим світом, які знищують його свободу і індивідуальність [65].

З одного боку, сучасні обставини дають можливість відчувати людині свою відокремленість від навколишнього світу. З іншого, переживання цього викликає почуття особистої безпорадності перед «величезним» і «чужим» світом, бажання уникнути такого відчуження. На сьогоднішній день суспільство, цивілізація надає широкий спектр вироблених ним інструментів для подолання даного протиріччя, в тому числі за допомогою нових інформаційних технологій і соціальних практик. Зокрема, соціальних мереж, електронних засобів масової інформації, медіа сервісів зберігання і миттєвого поширення текстів, аудіо, фото і відео. Проте, Е. Фром задовго до

інформаційної епохи вважав, що сутність подібних нових систем, що практично повністю визначають і суспільне, і особисте життя людини, полягає у підкоренні усіх повністю безконтрольній владі невеликої купки людей.

Ситуація обговорення в мережах військових подій (або так звана «диванна сотня») певною мірою аналогічна ситуації вболівальника на стадіоні: радієш разом з оточуючими тебе уболівальниками, коли команда виграє і переживаєш, страждаєш спільно з ними, свариш тренерів, керівництво, суддів і весь світ, коли «наших б'ють», готовий вибігти на поле і «показати», як треба перемагати.

Залученість у процес в обох випадках створюється за рахунок спільності схожих переживань, емоцій, іноді думок. За фактом же «уболівальник» відчужений від того, що відбувається за рахунок своєї вимушеної пасивності. Вважаємо, що саме ця пасивність і є основним чинником втрати себе – найважливішим, домінуючим стає «те, що відбувається там», а оскільки я тут, то «Я» – не входить в це найважливіше, воно «розчиняється» в поточних подіях та проблемах.

Існують і значні відмінності в ситуаціях. Так, вболівальник, на відміну від учасника обговорень у соціальних мережах, по-перше, усвідомлено обирає час для походу на стадіон, тобто усвідомлює коли і протягом якого періоду він буде серед інших уболівальників; по-друге, цей період часу завжди жорстко обмежений і досить нетривалий.

Що ж відбувається, коли деперсоналізація не усвідомлюється і час на це в принципі не обмежений?

Е. Фром пише, що почуття ізоляції і безпорадності ще більше посилюються в людині новим характером взаємин. Конкретні зв'язки одного індивіда з іншим втратили людський зміст й набули зміст маніпулятивний, де людина використовується як засіб, вона відчужується. Таким відчуженням пройняті сучасні соціальні відносини. Це стосується й суспільних ринкових, і виробничих, і підприємницьких стосунків. Не тільки суспільні, але й особисті

взаємовідносини між людьми набувають характер відчуження. «Нічого особистого, тільки бізнес», ця формула досить яскраво ілюструє процес відчуження у відносинах між людьми в самих різних сферах їхнього життя.

Але, чи не найбільше і найдеструктивніше, за твердженням мислителя, дух відчуження виявляється у відношенні індивіда до самого себе. Він починає відчувати себе товаром. Проте, інформаційні технології дають ще більш витончені інструменти у процесі самовідчуження. Отже, «Я» тепер може бути визначено через сукупність запитів, що робить користувач, його мережеві зв'язки, профіль, селфі, улюблені фільми, музику, книги, «лайкі», «карму», «репости», цитування, рольові мережеві ігри тощо.

Отже, якщо Новий час, Реформація, ринкові відносини створили умови і інструменти для самовідчуження на чуттєво-емоційному рівні, то «інформаційна епоха», з одного боку, посилила відчуття незначності і невпевненості через усе збільшуючийся інформаційний потік, з іншого – розширила інструментарій підтримки на щабель когніцій. Тепер користувач зазвичай точно знає яким власним інформаційним капіталом він *володіє*: контактами, рейтингами, статусами, переглядами тощо. Так само й два інші фактори, на які спирається відчужене «Я» – влада і престиж. Популярна сьогодні формула «володію інформацією – володію світом» досить яскраво підтверджується сучасними реаліями у вигляді надвагомої соціальної значущості транснаціональних корпорацій – Amazon, Apple, Google, Facebook, Microsoft, VK, Yandex. Один з найпоширеніших на сьогоднішній день сервісів – інструментів створення соціального престижу – Youtube. Завдяки ньому будь-хто може дуже просто стати відомим, розмістивши певний відеоролик. Наприклад, підліток-«зачепер», що знімає власні дії з даху вагону метро. При цьому, в соціальному чи духовному плані людина може бути нікчемною, проте велика кількість переглядів викликає почуття значущості й осмисленості власного буття.

Ці соціальні чинники підтримки особистості, за твердженням Е. Фрома, лише допомагають компенсувати невпевненість і неспокій, допомагають не відчувати власну ущербність. Однак, почуття впевненості існує лише доти, доки продовжують діяти ці чинники. Разом з тим, самотність, страх, розгубленість залишаються. Якщо людина не може перейти від негативної до позитивної свободи, стверджує філософ, вона намагається позбутися свободи взагалі. Головні шляхи, за якими відбувається втеча від свободи, – це **підпорядкування вождю**, як в тоталітарних країнах, і **вимушена конформізація**, що властива демократіям західного світу. Й перше, й друге пов'язується з феноменом відчуження.

Розглянемо механізми або інструменти «втечи», та їх відображення у сучасній мережевій культурі.

1. **«Авторитаризм»**, який виявляється у бажанні володарювати та підкорятися. Людина, в якій домінує даний механізм характеризується особливим ставленням до влади. Вона захоплюється владою і бажає їй підпорядковуватися, бути її частиною. Проте будучи такою частиною, вимагає, щоб і їй підкорювалися. Найяскравішим відображенням авторитаризму у соціальних мережах є явище «кібермоббінгу» («кібербулінгу»)¹³, тобто навмисні образи, погрози, повідомлення іншим компрометуючих даних за допомогою сучасних інформаційних технологій, як правило, протягом тривалого періоду часу. Завдяки можливостям Інтернет «кібермоббінг» не має часового чи географічного обмеження, тобто втручання у приватне життя людини може здійснюватися цілодобово, й у будь-якому місці перебування. Через мобільність і тотальну включеність у соціальні мережі інформація про жертву може поширюватися швидко і максимально широкому колу

¹³ термін «кібермоббінг» прийнято застосовувати в німецькомовній літературі, тоді як в англomовній значно більше використовують «кібербулінг», що може перекладатися як кіберзнущення, кіберзалякування, кіберцькування.

аудиторії, а самі ініціатори цькування можуть залишатися анонімами. До основної групи ризику «кібермоббінга» відносяться підлітки 11-17 років, вчителі. Серед причин значна кількість дослідників виділяє [7, 12]: бажання бути впливовим і престижним; бажання продемонструвати власну силу; особиста і групова ворожість; соціальне експериментування, тобто усе те, що відноситься до бажання володорювати.

2. **«Руйнація»**. На відміну від авторитаризму метою тут є саме знищення об'єкта. Руйнівність, вважає Е. Фром, є результат непрожитого життя. Індивідуальні чи соціальні умови, що пригнічують життя, викликають жагу до руйнування інших і себе. Серед іншого описаний механізм знайшов відображення у явищі «тролінгу» – виду віртуальної комунікації з порушенням етики мережевої взаємодії, яка виявляється у різних формах вербальної агресивної, знущальної чи образливої поведінки. У здійсненому в [10] теоретичному аналізі даного явища було відзначено, що серед його внутрішніх причин виділяють: мортідо як схильність до первинного хаосу, заздрість (Ж. Лакан), схильність до садизму, володорювання (Р.О. Внебрачних, О.А. Чванова й ін.), бажання до самоствердження за рахунок інших, відчуженість і фрустрованість, занижену самооцінку тощо (Аймаганбетова М.Б.).

3. **«Роботизація»** або автоматизуючий конформізм. Найбільш властивий сучасним демократіям неконструктивний спосіб додання самотності у суспільстві. Він є одним найпоширеніших і полягає у відмові від власної самості, заміщенні «Я» соціальними автоматизмами. При цьому людина в значній мірі погано усвідомлює або взагалі не усвідомлює такої роботизації. Характерними їй є псевдомислення, псевдопочуття і псевдобажання. Тобто такі, що навіяні ззовні. Основним критерієм зовнішнього навіювання Фром вважає відсутність новизни і оригінальності у сенсі власного досвіду. Додамо, що мислення завжди вимагає часу й зосередження уваги. Проте, саме соціальні мережі є на сьогоднішній день найбільш ресурсоємними за обсягами часу, що на них витрачається.

Домінуюча його більшість йде на сприймання повідомлень, реагування на них, на пошук інформації, «сърфінг» тощо. При чому інформаційні технології спрямовують наш пошук і «сърфінг».

Ми маємо на увазі: автоматичне формування підказок запитів відповідно до нашого попереднього досвіду користування пошуковими машинами; усіляки топ-списки, що відображуються для конкретних користувачів відповідно до їх тих чи інших характеристик; кількість переглядів у Youtube. Нарешті «смайли», «лайкі», «ретвіти» і «репости» взагалі прямо відповідають вказаним вище псевдо- почуттям, мисленню, бажанням.

Окремо відзначимо у контексті роботизації й досить нове явище, досліджуване у соціальних мережах – «тіндерізацію» або процес підбору *співрозмовників, знайомств чи товарів*¹⁴ за певними заданими параметрами. В більшості соціальних мереж, подібно до Інтернет-магазинів з'явилася послуга – «покупка в один клік». Вибір в житті людини, що полягає у прийнятті або відкиданні чогось, зачіпає досить глибокі психологічні структури. По суті, ситуація вибору є ситуацією прийняття рішення. Таким чином виникає протиріччя між буденністю дії – натискання кнопки, яке не несе жодного емоційного навантаження і цінністю / значущістю самого вибору. Зі збільшенням подібних ситуацій – сайти знайомств (типу ashleymadison.com, tamba.ru), об'яв (типу Olx.ua), е-магазинів і аукціонів й ін., переглядання об'єктів займає багато часу, що спричиняє втому й іноді відчай («все так гарно, то що ж обрати і як не помилитися»). Це досить часто спричиняє, з одного боку, сприйняття себе як товару; з іншого боку, відмову від вибору («droppable»).

Як вказує А. Балік [1], в останньому випадку можна спостерігати процес відмови приймати рішення взагалі, або навіть відмова від взаємин з «реальним» світу. Відбувається фізичне або психологічне відчуження від Світу за типом «Я – окремо».

¹⁴ Виділено автором для підкреслення ідеї поєднання людини і товару.

Ми розглянули сучасні підходи до психологічної площини проблеми «занурення» людини у соціальні мережі. Було упорядковано зовнішні і внутрішні причини даного явища, проаналізовано мотиваційну структуру залучення. Ми стверджуємо, що однією з фундаментальних внутрішніх причин стрімкого поширення соціальних мереж є прагнення сучасної людини до самовідчуження, яке розглядається на теоретичних засадах підходу Е. Фрома. Проте самовідчуження – лише один бік. Інший напрям пов'язаний з використанням соціальних мереж як засобів самопроекування і самотворення. Даний аспект поки майже не висвітлювався у сучасних дослідженнях психологічних проблем медіа і сфери ІТ.

4.3.2. Проблема психологічної безпеки особистості в медійному просторі новин

Невід'ємною складовою повсякденного життя сучасної людини є новини – інформація про події, що відбулися, відбуваються чи очікуються в навколишньому соціальному і природному світі. Вони слугують особі, насамперед, в орієнтації у її поточному житті, задовільняючи при цьому й інші потреби – пізнавальні, естетичні, у безпеці, приналежності тощо.

На цій базі виникла і розвинулася сфера суспільного життя, соціально-економічної діяльності, пов'язаної з виробництвом і поширенням новин. У XIX – на початку XX століть відбулася «інструменталізація» даної сфери, було виявлено її можливості у впливі на соціальні установки і поведінку різних шарів й різного масштабу спільнот.

Починаючи з другої третини XX століття, з розвитком комунікативних технологій, лінгвістики, суспільним поширенням ідеї дискурсу, постмодерністського світогляду в цілому, сфера новин починає усвідомлюватися інструментом створення цілісного, хоча й територіально

обмеженого, образу світу, що яскраво підтверджується історією нацистської Германії, СРСР.

З 1970-х – 1980-х років у зв'язку з глобальним упровадженням комунікативних дискурсивних практик, розвитком телебачення, а з 1990-х років – Інтернет, приходить усвідомлення, що новини можуть не тільки, й навіть, не стільки відображувати поточний стан сучасного світу, скільки створювати цілісну картину, образ світ, як глобальний, так і локальний – той, що «за вікном». В таких умовах отримали розвиток соціальні і психологічні технології впливу на індивідуальну і масову свідомість, її формування через сферу новин, серед яких одними з найпопулярніших на сьогоднішній день є НЛП-технології. Особливе значення мають медіа новини в соціальних системах з істотною соціальною нерівністю й, пов'язаним з цим, обмеженням соціальних прав і свобод. В такій ситуації довгий час перебувала і продовжує перебувати Україна. Починаючи з 2014 року дане становище значно погіршується через зовнішню агресію, зокрема у формі інформаційної війни.

На відміну від мирного часу, в ситуації війни кінцевою метою впливу стає не той чи інший образ, але руйнація будь-якого образу, будь-якої цілісності, створення інформаційного хаосу, й пов'язаних з ним масових панічних настроїв, проявів агресії, насильства, фрустрацій, депресій, неврозів тощо. Проблема поглиблюється й нерозв'язуваням когнітивним протиріччям, типу «війна є, але війни нема». Суспільство встало перед абсолютно новою проблемою – переважна більшість у повсякденні живе мирним життям, тобто їх спосіб життя організовано відповідно умовам мирного часу, в яких актуалізуються ідеї розвитку, самореалізації, самоактуалізації, смислу тощо. Проте, на сході України йде війна, в інформаційному полі новин – в Україні йде війна, й згідно цього на першому місці громадянина має бути не розвиток, але пожертва, виживання, перемога тощо. Постійний когнітивний дисонанс посилюється чинниками явної соціальної й економічної несправедливості.

В рамках ведення інформаційних війн («послаблення джерел загроз» [1; 3]), зокрема й з Україною, в країні – агресорі було створено так звані «фабрики тролів». За численними публікаціями результатів розслідувань силових відомств в авторитетних ЗМІ (зокрема, CNN), саме за їх участю здійснюються інформаційні атаки, операції, підтримка агресивних інформаційних втручань в український новинний простір. При цьому важливо усвідомлювати, їх діяльність полягає не стільки в створенні й поширенні «фейкових» новин й інформаційних приводів, скільки в управлінні наявними в Україні інформаційними потоками через найпопулярніші інтегратори новин – google news, ukr net, yandex новини, bigmir.net, i.ua, meta.ua й ін., та спеціалізовані сайти новин.

Серед інструментів впливу на потік новин насамперед можна виділити: відшукування та штучне підвищення рейтингу й підняття у топ (в ідеалі – повне формування стрічки з ..) повідомлень чи публікацій, що відповідають вказаному розробниками дискурсу фрейму (наприклад, роздмухування «проблеми» українсько-польських стосунків), коментарі до публікацій певної спрямованості у вигляді дискусії якби різних читачів з якби альтернативними позиціями. За аналізом конкретних технологій проведення інформаційних операцій можна звернутись до [2].

На підтвердження наявності вказаного впливу ми оглянули рейтинги українських новинних ресурсів, опублікованих Інтернет-асоціацією України й передрукованих багатьма сайтами¹⁵, наприклад під назвою «Яким ЗМІ довіряють українці». Серед топ 10 на перших місцях «Сьогодні.ua» (1 місце) й «Обозреватель» (3), які вирізняється миролюбно стриманою позицією щодо ситуації на сході України й, особливо, до країни – агресора, й також сайти, пряму пов'язані з країною-агресором «Газета.ua» (6), «Страна.ua» (8) й «РБК.ua» (9). Якщо ж подивитись рейтинги на bigmir.net за групою «політика»¹⁶, на перших місцях за

¹⁵ https://24tv.ua/top10_novinnih_saytiv_yaki_chitayut_ukrayintsi_n782897

¹⁶ На 20.02.2018

звертанням відзначено ресурси «Українського вибору», «УНА-УНСО», «Нескореної нації», що орієнтуючись на інформацію з різних регіонів України, зовсім не відповідає дійсності.

З наведеного можна зробити щонайменше два висновки: по-перше, у суспільній думці відбувається штучне нав'язування радикалізації українського суспільства, й, по-друге, з боку органів влади ситуація у цьому напрямку знаходиться поза меж впливу і контролю. Тож окрема людина залишається певною мірою наодинці з ворожим, агресивним середовищем сьогоденних новин.

З іншого боку, державна регуляція і контроль за українським сегментом Інтернету, у вказаних вище умовах соціальної нерівності й обмежених прав і свобод, може призвести до повторення ситуації нашого східного сусіду, затвердження авторитаризму, чи, взагалі, тоталітаризму. Варто нагадати з цього приводу, що у 2000 році в Москві на 2-й конференції з екологічної психології було презентовано концепцію інформаційно-психологічної безпеки особистості, суспільства і держави (В. Лепський, В. Грачов й ін.), зокрема було представлено узагальнену модель забезпечення інформаційно-психологічної безпеки [3, с. 274]. Її, чи подібну до неї, вочевидь було реалізовано в Росії у повному обсязі. Концепція виявилася ефективною, проте з окреслених вище причин призвела до утворення того, що досить часто порівнюється з пропагандистською «машиною».

Також, ми поділяємо думку О. Покальчука [52] щодо хибності ідеї дзеркального (симетричного) протистояння в інформаційній війні. Це означатиме втягування у нав'язуваний ззовні дискурс, що буде пов'язане з зайвими витратами ресурсів, яких в Україні не вистачає.

В даних умовах питання збереження психологічного здоров'я особистості при взаємодії з медіа середовищем новин виходить на одне з перших місць. Воно ще більше загострюється в ситуації обмежених соціальних контактів осіб поважного віку. Чи можливо і яким чином

розрізнити фактичну новину від складової інформаційної ворожої операції? Чи потрібно, взагалі, це робити?

Аналізуючи існуючі на сьогодні методи і методики індивідуального захисту щодо негативних маніпулятивних впливів ЗМІ, відзначимо два моменти. По-перше, їх можна умовно поділити на декілька груп залежно від психологічного джерела, зокрема:

- *мотиваційно-регулятивні*, в основі яких самоконтроль за кількістю витраченого часу, часу доступу (умовно, з 21.00 до 21.15), кількістю щоденних звертань до новинних стрічок, створенню і встановленню різноманітних «black list» – списків власноруч заборонених сайтів і т. і.;
- *когнітивні*, в основі яких аналіз і співставлення змісту, визначення надійних, ненадійних джерел поширення, зв'язок змісту з джерелом, контент-аналіз, виділення коннотату й т.п.;
- *емоційно-чуттєві*, в яких пропонується співставляти власний емоційний стан до і після читання повідомлення. У випадку його погіршення, навіть не артикульованого, класифікувати новину та, можливо, її джерело як шкідливі;
- *екзистенційно-сміслові*, засновані на ідеї включеності-відчуженості власного «Я» і світу. Тут визначальними питаннями є: «Яке місце та чи інша подія, ситуація викладена в новинному повідомленні займає саме в моєму житті, як вона в нього вписується?» та «Де Я-сам по відношенню до події, ситуації, що викладена в новині?».

По-друге, серед розглянутих методів, напевно можна виділити один чи групу, ефективність яких була б абсолютною. Скоріш мова може йти про зв'язок ефективності з індивідуально-типологічними особливостями особистості й про певне поєднання різнотипових методик.

Нарешті, не можеш змінити ситуацію, змінюй ставлення до неї. На наше глибоке переконання, простір новин відображує не реальний, але певний «квазі-світ», до якого пересічна людина має таке ж відношення, як й до погоди за вікном: «Сьогодні хмарно, можливі опади. Завтра очікується ясний сонячний день».

4.4. ВПЛИВ ВОЛЬОВИХ ПРОЦЕСІВ НА РЕГУЛЯЦІЮ ПОВЕДІНКИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Поняття екстремальних, кризових і надзвичайних ситуацій ще не отримали вичерпного визначення. У сучасній психології до кризових і екстремальних ситуацій відносяться: втрата близьких, розпад сім'ї, безробіття, невиліковні захворювання, вимушена міграція, релігійно-етнічні та соціальні конфлікти, природні, техногенні та екологічні катастрофи, воєнні дії, терористичні акти. До надзвичайних ситуацій відносяться події, які виходять за рамки звичайного життєвого досвіду індивіда або колективного досвіду навколишнього його мікросоціального середовища і, з психологічної точки зору, можуть викликати стрес у кожного, незалежно від його колишнього досвіду чи соціального становища.

Екстремальні ситуації можуть загострювати рівень емоційного збудження, провокувати тривогу, блокувати інтелектуальну та волюву сфери особистості, змінювати сприйняття навколишнього середовища. Дослідження регуляторних систем «діяльність - стан - особистість» належать до числа найбільш актуальних і перспективних напрямків сучасної соціальної та екологічної психології. Потреби людської практики, завдання підвищення надійності і продуктивності діяльності людини, особливо в зв'язку з розвитком потенційно небезпечних технологій, ускладненням професійної діяльності в екстремальних умовах і зростанням стресогенних впливів, коли психічні стани суб'єкта діяльності виступають як найважливіша умова його ефективності, вимагають активної розробки даної проблематики.

Провідна роль в подоланні стресу й оптимізації діяльності особистості в умовах несприятливих та екстремальних умов

життєдіяльності починає належати психічній саморегуляції та самоконтролю, в процесі якої розкриваються внутрішні психофізіологічні та особистісні ресурси людини, що дають їй відносну свободу від обставин, що забезпечують навіть в найважчих умовах можливість самоактуалізації. У напружених і екстремальних умовах діяльності людина може керувати своїм станом, використовуючи різні способи саморегуляції, зокрема, вольової.

Поняття волі, як процесу, що сприяє свідомому управлінню своєю психікою, є невід'ємною частиною кожної особистості. Саме воля проявляється в подоланні різних перешкод і труднощів, що виникли на шляху у людини. Тільки вольова особистість зуміє домогтися поставленої перед собою мети і довести всі починання до логічного кінця.

Актуальність вивчення впливу екстремальних ситуацій на особистість обумовлена зростанням частоти екстремальних ситуацій в житті всього світового співтовариства і окремої людини. Проблема стійкості особистості в нестабільному світі стає нагальною; дослідження соціально-психологічних детермінант цієї стійкості, зокрема вольової регуляції, виступають фактором забезпечення безпеки життєдіяльності та адаптації в цілому.

В даний час вплив екстремальних факторів і викликані ними особливі та екстремальні умови все більше й частіше супроводжують повсякденне життя і діяльність людини. Воля є дієвою стороною свідомості людини, тобто такою якістю, завдяки якій психічна діяльність впливає на діяльність практичну. Під впливом вольових процесів людина може докласти зусиль до того, щоб активізувати свої дії та вчинки й добитися їхнього успішного завершення в екстремальних умовах життєдіяльності. Адже людина завдяки волі може утриматися від вчинення будь-яких дій або вчинків, уповільнити або зупинити їх, якщо вони почалися, або направити в інше русло. Це дуже важлива та складна властивість особистості.

Формування вольової регуляції пов'язано з включенням в певний процес прийняття відповідальних рішень, ситуацій, що ставлять людину перед необхідністю подолання у своїй діяльності суб'єктивних і об'єктивних труднощів, які детермінують розвиток потреби в самозміні й оволодінні способами мобілізації власних можливостей для досягнення намічених цілей. Вольова регуляція діяльності та поведінки людини, таким чином, являє собою особливу, вищу форму прояву загальної психічної регуляції.

Відмічається, що в процесі життєдіяльності людини навколишнє середовище чинить на неї певний вплив. Ряд чинників середовища людини може мати на нього негативний вплив. При короткочасній зовнішній загрозі людина діє на підсвідомому рівні, підкоряючись інстинкту самозбереження. В екстремальних умовах, при довготривалому виживанні інстинкт самозбереження поступово втрачається, рано чи пізно настає критичний момент, коли непомірні фізичні та психічні навантаження, удавана безглуздість подальшого опору пригнічують волю. Людиною опановують пасивність, байдужість.

Виживання, засноване лише на біологічних законах самозбереження, короткочасно. Бажання вижити має бути усвідомленим і цілеспрямованим. Це воля до життя, коли бажання вижити має диктуватися НЕ інстинктом, а усвідомленістю. Воля до життя має на увазі в першу чергу дії. Безвольність є бездіяльність. Практичні психологи відзначають дефіцит уявлень про шляхи та способи надання психологічної підтримки професіоналам, що працюють в екстремальних ситуаціях або надзвичайних режимах діяльності. У більшості таких ситуацій роль вольової регуляції суб'єкта настільки ж велика, як і малодосліджена.

Згідно з даними досліджень, характеристики екстремальних факторів складно класифікувати з позицій загального через відсутність єдиної підстави, але «особливе» можна виділяти за такими ознаками: за формою або видом впливу, за його інтенсивністю або регулярністю, за ступенем

небезпеки, за характеристиками наслідків. Екстремальні умови діяльності характеризуються постійною дією інтенсивних екстремальних факторів, які можуть становити потенційну небезпеку, при цьому негативні функціональні стани виражені сильно, діяльність здійснюється з підключенням резервних буферних можливостей. Робота в них вимагає відновлення.

Останнім часом поняття «екстремальна ситуація» істотно розширило свої рамки, що обумовлено зміною критеріальних підходів до класифікації ситуацій, переходом від факторів зовнішнього уявлення про ситуацію до вивчення особливостей її перцепції й інтерпретації (Д. Магнусон [40], 1981; М. Аргайл [36], 1981; Х. Хекхаузен [23], 1986; Л. Шерберг [36], 1981; Т.А. ван Дейк, 1989 [40]; Р. Нісбет [40], Л. Росс [40], 1999; А.В. Філіппов [33], С.В. Ковальов [36], 1986; Е. В. Улько [26], 2003). Це дозволяє в якості екстремальних розглядати ситуації сильного стресу в повсякденному житті та в професійній діяльності, граничного напруження в спорті і т. ін.

Системно-функціональна модель екстремальних ситуацій, згідно А.М.Столяренко [40], включає в себе три групи компонентів, а саме оточуючих (те, що людину оточує і можна назвати обставинами середовищем, зовнішніми умовами); особистісних (то, що вдає із себе даний індивід); діяльнісних або поведінкових (то, що людина робила, має намір робити, що робить і чого досягає). Три групи компонентів екстремальної ситуації вимагають включення трьох блоків особистісного синтезу, - пізнання (орієнтація в тому, що оточує), емоції (особистість з її переживаннями) і волю (дії). Суб'єктивний простір відображення, який (в силу принципу активності психіки) є одночасно і простір особистісних реакцій в різних по екстремальності ситуаціях, визначених умовами життєдіяльності, є по суті тривимірним. Перший вимір являє собою неспецифічне реагування на ситуацію (дезадаптація). Друге - специфічне реагування (вольова напруга). Третє - уявлення себе, своєї особистості в ситуації.

Серйозною, часом критичною перевіркою надійності та витривалості людини є її поведінка та діяльність в екстремальних умовах, переживання стану психічної напруженості (стресу), впливу перешкод, неповнота інформації, дефіцит часу на прийняття рішення, реальна небезпека і т. ін. - все це типові причини екстремальних ситуацій., до зустрічі з якими не кожна людина може бути готова. Основна індивідуальна характеристика стримування стресу адаптація або стресостійкість. На думку ряду психіатрів (Ю. Александровський [23], А. Вальдман [36], В. Лебедєв [40] та ін.) це бар'єр психічної адаптації. Психологи (Л. Дика [40], О. Конопкін [36], В. Моросанова [23]) основою стресостійкості вважають саморегуляцію людини, яка складається з певних ланок (О. Конопкін [36]) і стилістично різноманітна (В. Моросанова [23], Л. Дика [40]). Інші автори (Л. Мерфі [23], Р. Лазарус [70], С. Фолкман [36], Д. Амірхан [40] та ін.) відносять до даної характеристики різні когнітивно зумовлені механізми подолання стресу (копінг-механізми) й механізми психологічного захисту (Н. Хаан [26]).

Так особливість адаптації в небезпечній чи екстремальній ситуації полягає в тому, що її підтримка пов'язана з вольовими зусиллями, які необхідні для вчинення дій в стані гострого психічного і нервового напруження, втоми, незадоволеності, страху, що виникають навіть у стійкої людини, яка має позитивний досвід такої діяльності. Показники вольової напруженості, опору відображають специфічну реакцію на зміну екстремальності умов життєдіяльності. Показовим з цього приводу є вислів І. Сеченова [36], сенс якого полягає в тому, що звикання до страшного, небезпечного не означає перенесення його без будь-яких зусиль, а значить, є можливість «майстерно управляти зусиллям».

Б. Смирнов та Є. Долгополова [40] відзначають, що спалах афекту в екстремальній ситуації можна придушити зусиллям волі, та чим більше у людини розвинені вольові якості, тим вона менше піддається афекту або взагалі не допускає його. І в цьому випадку можна говорити про прояв

«вольового контролю» або вольового самоконтролю. Свідомий контроль сприяє оптимальній поведінці особистості в екстремальних та надзвичайних умовах. Таким чином вольовий самоконтроль має велике значення при адаптації та саморегуляції в екстремальних умовах.

У науковій літературі самоконтроль розглядають то як «акцептор дії», то як «прилад звіряння» або «блок порівняння» тощо. Самоконтроль відноситься до числа обов'язкових ознак свідомості та самосвідомості людини. Він є умовою адекватного та психічного відображення людиною свого внутрішнього і навколишнього світу, його об'єктивної реальності. Він включений в усі форми психічних явищ (процеси, стани, властивості). Відомо, також, що самоконтроль є компонентом процесів управління (саморегулювання) систем якісної різної природи, де людина є в найвищій мірі складною системою.

Отже, науковцями самоконтроль розуміється як свідомий контроль, здійснюваний людиною над своєю поведінкою, думками й почуттями, регулювання та планування своєї діяльності. Самоконтроль дозволяє людині свідомо змінювати напрямок своїх думок, утримувати себе від небажаних дій. За допомогою самоконтролю суб'єкт стежить за своїм емоційним станом, виявляючи можливі відхилення (в порівнянні зі звичайним фоновим станом) в характері його перебігу. Якщо самоконтроль фіксує факт неузгодженості, то цей результат є поштовхом до запуску механізму корекції, спрямованого на придушення, стримування емоційного «вибуху», на повернення емоційного реагування в нормативне русло.

За допомогою самоконтролю суб'єкт стежить за своїм емоційним станом, виявляючи можливі відхилення (в порівнянні зі звичайним фоновим станом) в характері його перебігу. Коли йдеться про волю й самоконтроль, мається на увазі їхнє взаємне проникнення один в одного. Оскільки чіткого визначення вольового самоконтролю не існує, а є тільки поняття (вольовий контроль). У здатності не втратити самоконтроль при

впливі ззовні несприятливих факторів спостерігаються помітні індивідуальні відмінності. Одні люди здатні зберігати самоконтроль в дуже напружених і навіть трагічних ситуаціях, в той час як інші втрачають над собою контроль вже в разі найменших труднощів.

Однак, уявлення про те, що сильній волі завжди відповідає розвинений самоконтроль, є досить спрощеним. Насправді слід брати до уваги характер взаємозв'язку волі і самоконтролю як властивостей особистості. Різні ступеня вираженості цих властивостей призводять до різноманітності форм їхнього спільного прояву. Орієнтуючись тільки на полярні значення волі і самоконтролю за шкалою «сили-слабкості» можна навести приклади, що ілюструють особливості їх поєднання. Так людині з сильною волею можуть бути притаманні певні слабкості в сфері самоконтролю, наприклад, емоційного. У цьому випадку перед нами «діяльнісний характер», що відрізняється багатим запасом енергії, сильною волею, але разом з тим - це гаряча і поривчаста людина, далеко не завжди стримана у вираженні своїх почуттів.

У здатності не втратити самоконтроль при впливі ззовні несприятливих факторів спостерігаються помітні індивідуальні відмінності. Одні люди здатні зберігати самоконтроль в дуже напружених і навіть трагічних ситуаціях, в той час як інші втрачають над собою контроль вже в разі найменших неприємностей.

Для діяльності людини в екстремальних умовах найбільш важливими є довільний усвідомлюваний і цілеспрямований рівні саморегуляції. Про останній часто говорять в зв'язку зі здібностями людини свідомо змінювати свій стан. При цьому на усвідомлюваному і цілеспрямованому рівнях розглядаються такі методи, як самонаказ, самопереконання, зміна спрямованості свідомості, цільових установок і мотивів.

Поведінка людини в екстремальних умовах складається з декількох складових, таких як: психічна, рухлива, вольова тощо. Відповідь на

екстремальну ситуацію також зумовлюється типом нервової системи, наявністю певних навичок, ступенем відповідальності, вольовими якостями. Вольова установка відіграє провідну роль при формуванні поведінки таких умов. Так, в критичній ситуації, будь-які досягнення людей зумовлені, в першу чергу не їхніми фізичними якостями, а саме психікою людини та її вольовими проявами. Саме завдяки цьому людина може проявити надзусилля, на межі власних можливостей.

Коли говорять, що людина відрізняється сильною волею, мають на увазі при цьому, що вона вміє долати труднощі, здатна досягати поставлених цілей, навіть в самих несприятливих умовах. І навпаки, людину характеризують як слабовільну, якщо вона вважає за краще швидше відмовитися від втілення власних задумів, ніж спробувати знайти в собі сили, щоб наперекір виниклим перешкодам все-таки досягти бажаного.

Людині з сильною волею можуть бути притаманні певні слабкості в сфері самоконтролю, наприклад, емоційного. У цьому випадку перед нами «діяльнісний характер», що відрізняється багатим запасом енергії, сильною волею, але разом з тим - це гаряча людина, далеко не завжди стримана у вираженні своїх почуттів. В іншому випадку сильна воля може поєднуватися з недостатньо розвиненою критичністю мислення (слабкість розумового контролю). Можна сказати, що це приклад прояву «сліпої волі», коли в результаті поспішних, недостатньо перевірених рішень, їхня подальша реалізація призводить до неефективних витрат вольової енергії. Володіти сильною волею одне, а мати волю, добре спрямовану, - інше; на жаль, обидві ці умови не завжди збігаються, між тим такий збіг - є справа першої важливості. Таким чином, людина не вибирає ситуації, але вільна поводитися в них тим чи іншим чином, сприймаючи, оцінюючи їх по-своєму, що і характеризує «свободу особистості», «свободу волі».

У напружених і важких умовах діяльності людина може керувати своїм станом, використовуючи різні способи самовпливу і саморегуляції.

Отже, головна функція волі полягає у свідомій регуляції активності в складних та екстремальних умовах життєдіяльності. В основі цієї регуляції лежить взаємодія процесів збудження і гальмування нервової системи. Відповідно до цього прийнято виділяти в якості конкретизації зазначеної вище загальної функції дві інші - активізуючу та гальмуючу.

Відзначається, що мотиваційно-вольові детермінанти в ускладнених і екстремальних умовах діяльності забезпечують загальну спрямованість і формування стратегій адаптації. Успішність адаптації та її динаміка визначаються взаємодією мотивів «досягнення успіху» або «уникнення невдачі» і особистісної диспозицією - орієнтацією на дію або стан. Вольова дія завжди пов'язана зі свідомістю мети діяльності, її значущості, з підпорядкуванням цій меті виконуваних дій.

Дослідження показують, що при наближенні людини до бар'єра, що відокремлює його звичайні умови життя від екстремальних (етап стартової психічної напруги), і до іншого бар'єра відокремлює незвичайні умови існування від звичайних умов життя (етап завершального психічного напруження), відбувається посилення напруженості виявляється в екстремальних станах і виражається в дезадаптивній поведінці особистості. Подоланню цього психологічного бар'єру, особливо поєднаного з загрозою для життя, сприяє вольовий самоконтроль. При кожному повторному подоланні психологічного бар'єру механізм вольового самоконтролю стає все більш збалансованим. На інтенсивність вольового зусилля також впливають такі фактори, як світогляд особистості, її моральна стійкість, ступінь суспільної значущості поставлених цілей, установки по відношенню до дії, а так само, рівень самоврядування і самоорганізації особистості [40].

Науково-технічна революція, сучасний стан навколишнього середовища, війни та катаклізми істотно змінили умови життєдіяльності великих контингентів населення, значно знизивши фізичні навантаження і підвищивши емоційне напруження, пов'язане, наприклад, з забезпеченням

складних технологічних процесів. Розглядаючи глобальні наслідки впливу науково-технічної революції на біосферу планети і самої людини, американський вчений Н. Вінер писав, що ми настільки радикально змінили наше середовище, що тепер для того, щоб існувати в цьому середовищі, ми повинні змінити себе. Сучасну людину потрібно вивчати у всій глибині та складності її фізичних можливостей і духовного потенціалу, які найбільш точно розкриваються в екстремальних умовах, що вимагають граничної напруги фізичних резервів організму і, насамперед, вольових якостей. Подоланню психологічних чи фізичних труднощів в екстремальних умовах, особливо сполучених із загрозою для життя, сприяє вольовий самоконтроль.

Практична спрямованість робіт в даній області свідчить про актуальність обраної теми. Разом з тим, все ще недостатньо робіт по виявленню структури саме вольової регуляції діяльності в екстремальних умовах життєдіяльності, її типів, видів. Недостатньо розроблено інструментарій діагностики вольової регуляції в екстремальних умовах. Можна також знайти дефіцит робіт, спрямованих на вивчення вольової регуляції в природних умовах тощо.

4.5. ОПТИМІЗМ ЯК ОСНОВА ВИБОРУ СТРАТЕГІЇ ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИН

Важливу роль у забезпеченні психологічного благополуччя людини відіграє адекватний вибір психологічних стратегій подолання стресу, оскільки переживання успішності життєдіяльності безпосередньо залежить від ефективності подолання життєвих негараздів. Адаптивні копінг-стратегії захищають особистість від безпосередньої, руйнівної дії стресу; вони максимізують можливості подолання стресогенної ситуації, активізуючи усі ресурси людини, що є необхідними у певній ситуації.

З одного боку, емоційно проникливі люди, ймовірно, здатні заздалегідь запобігти чи уникнути стресогенної ситуації, тобто вони здатні ідентифікувати та уникати потенційно загрозливих ситуацій. З іншого – існує твердження, згідно з яким, успішна адаптація неможлива без активного включення особистості у вирішення несприятливих ситуацій, а пасивна позиція уникнення може підірвати впевненість у собі та перешкоджати формуванню необхідних навичок копінг-поведінки. Емоційно розвинені індивідууми більшою мірою здатні швидше набувати необхідних навичок адаптивного стилю поведінки, порівняно з індивідами з низьким рівнем сформованості емоційної сфери, які схильні до використання неконструктивних копінг-стратегій.

В цьому контексті варто зазначити здобутки вітчизняних вчених Е.Л. Носенко та Н.В. Ковриги, які в центр наукових інтересів ставлять феномен емоційного інтелекту та відзначають існування ієрархічної структури рівнів сформованості емоційного інтелекту. Автори розглядають емоційний інтелект як емоційну розумність, що виконує стресозахисну та адаптивну функції, і через них визначають успіх життєдіяльності людини. Це відбувається залежно від емоційного ставлення людини до світу, інших

людей та самого себе. Емоційний інтелект характеризує людину як особистість і виявляється в єдності його внутрішніх та зовнішніх характеристик. Внутрішнє в емоційному інтелекті взаємодіє із зовнішнім в актах життєдіяльності. Провідною ознакою цього процесу є внутрішня мотивація емоційного реагування, де ініціюючим та регулюючим чинником виступає «Я» людини, а результуючим – поведінка. Звідси опосередкування емоційного інтелекту з боку онтології та феноменології суб'єкта життєдіяльності. У якості онтологічних ознак вчені пропонують розглядати складники «Великої п'ятірки»: сумлінність, відкритість новому досвіду, емоційну стійкість, доброзичливість (окрім екстраверсії/інтроверсії).

Автори відзначають, що відображенням внутрішніх детермінант емоційного інтелекту у свідомості людини є переживання психологічного благополуччя. У зв'язку з цим формується позитивне ставлення людини до себе – форма внутрішньої оцінки людиною себе та свого місця у світі, яка тісно пов'язана з самооцінкою. Таким відображенням є і вибір людиною стратегій поведінки подолання [45, 50]. Як вже зазначалось, Е.Л. Носенко та Н.В. Коврига тлумачать термін «емоційний інтелект» через поняття «розумність» емоцій. Насправді саме ці особливості дуже пов'язані зі змістом емоційного інтелекту, серед аспектів проявів якого фігурує здатність людини долати власні пристрасті та підійматись над ними; користуватися перевагами, талантами та чеснотами, тобто активізувати себе на виявлення власного особистісного ресурсу.

Складні життєві обставини є однією з форм життєвої кризи особистості, такою кризою, яка охоплює не тільки її внутрішнє «Я», але й соціальне буття особистості. Ця теза має велике методологічне значення, бо вона вказує на те, що криза складних життєвих ситуацій лежить у соціально-психологічній площині і, відповідно, всі форми, методи і технології психологічної допомоги мають виходити саме у цю площину. Проблема, на переконання українського вченого Ю.М. Швалба, полягає

не тільки у тому, що всі класичні технології психологічної допомоги зорієнтовані на інтраособистісні процеси, а й у тому, що у теорії соціальної психології відсутні моделі, необхідні для розуміння особистості, яка опинилася у складній життєвій ситуації, та розробки відповідних технологій допомоги.

Психологічний контекст ситуації, дійовими особами якої стають люди різного віку та соціального статусу, лежить в площині характеристики кожної особистості з позиції єдності «людина-середовище» та регуляторів її взаємодії за різних обставин, включаючи й екстраординарні. Якість життя та психологічне благополуччя стають предметом психологічних досліджень, в котрих суб'єктивний аспект якості життя виступає як продукт взаємодії особистості з безперервними епізодами життєвих подій. При такому підході не втрачає актуальності розробка проблематики, пов'язаної з вивченням особистісних ресурсів як умов подолання наслідків травматичних подій, позитивного розвитку особистості.

Дослідники єднаються на думці про те, що зовнішні умови життєдіяльності не є запорукою психологічного благополуччя, а лише зовнішніми ресурсами, а власне покращення суб'єктивного благополуччя є наслідком вміння опановувати новими ситуаціями, освоєння навичок подолання людиною життєвих труднощів та перешкод.

Понад 30 років тому перед психологами та педагогами постала тема, покликана життєвою необхідністю термінового, але ґрунтовного осмислення і практичної реалізації як на рівні налагодження взаємодії з великими та малими групами людей, так і окремої індивідуальності, і саме ця чорнобильська проблематика супроводжує наше суспільство вже стільки років. Так в життя пересічних громадян в активний обіг увійшли тоді ще незвичні поняття «жертва» та «постраждалий», а в психологічній літературі нашої країни стали розроблятися відповідні категорії та

напрацьовуватись алгоритми практичної психологічної допомоги різним категоріям населення – від дошкільнят до пенсіонерів.

Доцільним не лише в теоретичній, а й суто практичній площині було розведення понять «постраждалого» та «жертви», згідно з яким визначали постраждалого в екстраординарній події як людину з якою трапилось нещастя а жертву, як постраждалого, що використовує пережите нещастя і віддає контроль за себе і своє життя іншим людям, установам тощо. (О.Ф.Бондаренко, Ф.Ю.Василюк, М.Горовиц, Л.О.Китаєв-Смик, М.Д.Левітов, Р.Ліфтон, В.О.Моляко, О.М.Морозов, А.І.Нягу, Р.Питман, Г.Сел'є, В.О.Скребець, Н.В.Тарабрина, Т.М.Титаренко, Н.И.Сарджвеладзе, Ю.М.Швалб, С.І.Яковенко).

Розуміння поняття «постраждалих» та «жертви» трагічних травматичних подій постійно оновлюється у науковій літературі, оскільки, на превеликий жаль, історія людства поповнюється новими і новими трагічними сторінками. Так, за останні роки ми стали свідками масштабного теракту 11 вересня 2001 року в Нью-Йорку, аварії на атомній електростанції Фукусіма 12 березня 2011 року та ін. Особливою трагічною сторінкою в історії нашої країни тепер стане не лише аварія на ЧАЕС, але й події на Майдані у 2014 році, анексія Криму, окупація частини української території, триваюча військова зовнішня агресія на східних теренах країни. Саме тому, особливо запитаними нині є зусилля громади в цілому та психологів зокрема, в напрямку пошуку резервів та можливостей відновлення психологічного ресурсу серед різних верств населення, яке опинилося в центрі подій, безпосередньо постраждало в результаті травмуючих подій, а також підтримки тих, хто відчуває віддалені наслідки складних ситуацій, в які включилися більш активно, чи пасивно.

Предметом одного з етапів дослідження стали способи актуалізації такої емоційної складової особистісного потенціалу, як оптимізму як основи вибору стратегії подолання наслідків травматичних життєвих подій серед людей, що постраждали від наслідків аварії на ЧАЕС.

Завдання полягало у розкритті потенціалу оптимізму як основи вибору стратегії подолання наслідків травматичних життєвих подій, що індукує відчуття екологічного балансу в системі людина – середовище, психологічного благополуччя. Ми виходили з міркування про те, що суб'єктивне благополуччя опосередковується позицією особистості у власній життєвій ситуації, а готовність прийняти «виклик» від життя виступає ефективним засобом подолання наслідків травматичних подій та спричиняє зростання рівня задоволеності життям.

Для досягнення мети вирішувались наступні задачі: встановити розмежування поняття жертва та постраждалих. Усвідомлення себе як постраждалих дає можливість активно протистояти труднощам та відновлювати стосунки зі світом та з самим собою після травмуючої життєвої події. Об'єктом дослідження став оптимізм, як характеристика, пов'язана з орієнтацією на краще, подоланням перешкод на цьому шляху, впевненість у позитивних життєвих перспективах, віра в себе та своє оточення. Оптимізм розглядається нами як одна з провідних основ для визначення стратегій подолання наслідків трагічних подій та алгоритму їх конструктивного переживання впродовж життя.

Практичне значення наукового пошуку вбачаємо в тому, що розвиток уміння актуалізації оптимістичного сприйняття себе, свого середовища та власного майбутнього може стати каталізатором певних позитивних змін у житті людей, в їхній спроможності впоратися з глибокою травмою чи повсякденним значним напруженням.

Досить тривалий час вважалось, що такі характеристики, як вміння стійко переносити випробування, життєва витривалість є чинником вродженим, або набутим ще в дитинстві. Таке уявлення підтверджувалось відповідною статистикою про травматичний досвід – більшість людей достатньо швидко повертаються до нормального, звичного функціонування, способу життя, водночас залишаються і такі, що піднімуться на більш високий рівень, стануть сильнішими, більш зрілими,

але в певної кількості людей розвинуться ті, чи інші посттравматичні стресові розлади.

Несприятливі життєві умови, фізичні вади та обмеження можуть переживатися людиною як персональний виклик, що вимагає мобілізації її конструктивних фізичних, інтелектуальних, емоційних, комунікативних, поведінкових резервів (Л.С.Виготський, В.О.Скребець, І.А.Соколянський, О. Келлер, О.І. Мещеряков та ін). Це свідчить про запитаність появи нових можливостей в особистості, що допоможуть їй впоратися з несприятливими індивідуальними та соціальними обставинами, тобто активно створювати умови власного розвитку, тим самим дозволяючи перейти на більш високий рівень особистісного розвитку. В народній мудрості ця ситуація визначається формулою: «Не було щастя, так нещастя допомгло».

Життєві труднощі, котрі сприймаються як виклик, кинутий самим життям, можуть стимулювати розкриття потенційних можливостей особистості – її резервів та ресурсів. Ресурсами в цьому контексті виступають унікальні індивідуальні особливості людини, за рахунок яких вирішуються задачі мобілізації, адаптації та подолання стресової ситуації та побудови нових алгоритмів життєдіяльності.

Особливої важливості набуває питання розуміння за рахунок яких саме чинників одні люди можуть впоратись із екстремальною ситуацією, вистояти, а інші виявляють меншу стійкість. Традиція дослідження чинників, що впливають на психологічне благополуччя людини, належить західній психології. В працях зарубіжних вчених широкого розповсюдження набули короткі шкали, що покликані визначити рівень суб'єктивного благополуччя людини, що застосовуються при соціологічних та психологічних опитуваннях. Найбільш популярними серед них є шкала задоволеності життям Е.Дінера та шкала суб'єктивного щастя С.Любомирски. Шкала задоволеності життям вимірює когнітивну оцінку відповідності життєвих обставин тим чи іншим очікуванням

особистості. Цей показник є тісно пов'язаним з об'єктивними показниками успішності в різних сферах життєдіяльності особистості. Шкала суб'єктивного щастя С.Любомирски вимірює емоційне переживання людиною свого власного життя як цілого, відображає загальний рівень психологічного благополуччя. Виділяючи основні предикатори такого благополуччя С. Любомирски виділяє генетичну схильність, життєві обставини та цілеспрямовану діяльність людини. При цьому найбільш вагомою дослідниця вважає роль сфери активного перетворення людиною власного життя, в той час як власне життєві обставини вносять незначний внесок порівняно з внеском активної діяльності самої особистості (Д. Каннеман, А. Тверски). Обидві шкали характеризуються доволі високими психометричними характеристиками і взаємопов'язані з цілою низкою показників суб'єктивного благополуччя, психологічного комфорту.

В цьому контексті вважаємо за доцільне послатись на дослідження, проведені Р. Янофф-Бульман. Авторка, використовуючи метафору, відстоює думку, згідно з якою людина при зустрічі з «недоброзичливим обличчям світу» гостро відчуває свою вразливість та безпорадність, що може загрожувати дезінтеграцією особистості, руйнуванням базових життєвих орієнтирів та зв'язків з оточенням.

Дослідження змістовного наповнення базових життєвих переконань людей, що пережили екстремальну життєву подію і тих хто такого досвіду не мали, відрізнялись досить помітно. Таким чином, був зроблений висновок про те, що отримана травма фактично руйнує «концепцію світу» людини. Саме такими процесами характеризувалось суб'єктивне відчуття себе у раптово зміненому світі постраждалих від наслідків аварії на ЧАЕС.

Завдяки здатності до відновлення своїх базових переконань, готовності до певної їх модифікації багатьом постраждалим вдалось достатньо ефективно подолати наслідки екстремальних подій та свого подальшого травмування. Послугуючись метафоричною яскравою термінологією Р.Янофф-Бульман, зазначимо, що такі процеси стали

можливими завдяки тому, що люди «збудували міст між двома полюсами»: старих, комфортних конструктів, які виявились неефективними і примарними, та страшного досвіду травми з усіма її жахіттями та відсутністю сенсу.

Картина світу людини, що пережила травматичні події, знаходиться у складних життєвих обставинах і все ж впоралась з цим, артикулюється суб'єктом приблизно наступним чином: «Світ є доброзичливим та справедливим до мене. Я маю право обирати власне життя. Проте так трапляється не завжди». Базові переконання відновлюються, але це відновлення є неповним, оскільки людина втрачає ілюзії щодо власної невразливості. З метою визначення базових переконань Р. Янов-Бульман розробила шкалу, яка виявляє вісім переконань:

1. Прихильність світу (BW, benevolence of world)
2. Доброта людей (BP, benevolence of people)
3. Справедливість світу (J, justice)
4. Контрольованість світу (C, control)
5. Випадковість як принцип розподілу подій (R, randomness)
6. Цінність власного «Я» (SW, self-worth)
7. Ступінь самоконтролю (контролю над подіями) (SC, self-control)
8. Ступінь удачі, везіння (L, luckiness)

Ці категорії переконань можуть оцінюватись як три узагальнених сфери відносин, які пронизують всі сфери життєдіяльності особистості:

1. Загальне ставлення до прихильності навколишнього світу (об'єднує шкали «прихильність світу» та «доброта людей»)
2. Загальне ставлення до осмисленості світу, контрольованості та справедливості подій (об'єднує шкали «Справедливість світу», «контрольованість світу» та «випадковість»)

3. Загальне ставлення до власної значущості, здатності управляти подіями та везіння (об'єднує шкали « цінність «Я», «самоконтроль та везіння»).

Ми скористались методикою “Шкала базових переконань» Янов-Бульман. (World assumptions scale, скорочено WAS), адаптований та рестандартизований варіант М.А.Падуна та А.В.Котельникової. шкала включає 37 тверджень, які розподіляються за 5 шкалами: образ «Я», прихильність навколишнього середовища, справедливість, удача, переконання про контроль. Бали за шкалами сумувались та переводились в шкалу стенів.

Отримані дані (вибірка кількістю 60 чол. віком від 50 до 61 років, постраждалих під час травматичних подій на ЧАЕС) середніх значень а також визначені сумарні індекси «Прихильність світу та людей», «Осмысленість життя» та «Цінність власного «Я» свідчать про загалом позитивне сприйняття учасниками опитування навколишнього світу та про достатню відкритість до цього світу, а також про виражену довіру до людей, як близьких, так і далеких та готовності до партнерської взаємодії з ними. Була зафіксована (попри артикульовану недостатню увагу з боки держави цієї категорії населення) також досить висока впевненість у можливості контролювати життєві події (а отже керувати ними). Переконання в позитивній природі навколишнього світу, почуття емоційного комфорту та безпеки, впевненість у власній цінності і компетентності, а також бажання активно вибудовувати власне життя, долаючи перешкоди є надійною базою для реалізації екологічно орієнтованої життєдіяльності. За таких умов людина здатна узгоджувати наявні в неї ресурси, до числа яких належать і особистісні риси, і здібності і потенційні можливості (які ще не були проявлені) для організації власної життєдіяльності і досягнення поставленої мети, життєвих задач. Середні значення показників Шкали базових переконань представлені у Таблиці 4.1.

Середні значення показники Шкали базових переконань

| Шкала базових цінностей | Середнє значення | Верхній квартиль | Нижній квартиль | Стандартне відхилення |
|---|------------------|------------------|-----------------|-----------------------|
| Прихильність світу | 4,31 | 5 | 3,75 | 0,96 |
| Доброта людей | 3,97 | 4,5 | 3,5 | 0,87 |
| Справедливість світу | 3,77 | 4,3 | 3,25 | 0,8 |
| Контрольованість світу | 4,01 | 4,5 | 3,5 | 0,82 |
| Випадковість як принцип розподілу подій | 3,57 | 4,25 | 3 | 0,96 |
| Цінність власного "Я" | 4,24 | 5 | 3,5 | 1,03 |
| Ступінь самоконтролю | 4,15 | 4,75 | 3,75 | 0,91 |
| Ступінь удачі, везіння | 3,93 | 4,5 | 3,5 | 0,9 |
| Сумарний показник прихильності світу та людей | 4,14 | 4,75 | 3,63 | 0,802 |
| Сумарний показник осмисленості життя | 2,42 | 2,73 | 1,75 | 1,16 |
| Сумарний показник цінності "я" | 4,11 | 4,56 | 3,75 | 0,62 |

Дослідники, що працюють в рамках позитивної психології, визнають високий внесок суб'єктивних параметрів до інтегрального показника психологічного благополуччя людини. Можна говорити про те, що останнє є ключовим виміром суб'єктивного аспекту якості життя, результуючим взаємовпливу умов життя та особистості. В ході інтерв'ю знайшла підтвердження позиція, згідно з якою разом з фактором здоров'я особливу роль в цьому процесі відіграє чинник позитивних особистісних характеристик, котрі опосередковують вплив зовнішніх (травматичних) умов на психологічне благополуччя людини. Оптимістичне налаштування особистості покликаний об'єднувати та підтримувати так звані позитивні характерологічні особливості особистості.

Оптимізм розглядаємо як особистісні диспозиції, переконання, настрої, що віддзеркалюють позитивні чи негативні очікування відносно окремих подій або майбутнього в цілому, що є наслідком певного вибіркового сприйняття і розуміння світу навколо (за К.К. Муздибаєвим). Оптимізм включає позитивний пояснювальний стиль (оцінка та спосіб

пояснення причин подій, що вже відбулися, надію (позитивні очікування в конкретній життєвій ситуації в майбутньому, що передбачають готовність до поведінки, вчинків задля досягнення бажаного блага) та самоефективність (віра в ефективність власної поведінки).

В ході структурованого інтерв'ю з людьми, що постраждали внаслідок подій на ЧАЕС і знайшли в собі сили відновитись та жити наповненим життям попри низку проблем, визначились загальні спільні особливості. При відповіді на запитання, яким чином це їм вдалося, що саме та хто саме впливав на вироблення та розвиток такого особливого вміння «тримати удар» від життя, були виокремлені такі детермінанти:

- наявність зразків для наслідування;
- віра;
- наявність мети, сенсу життя;
- відчуття моральної та соціальної підтримки;
- емоційна та інтелектуальна гнучкість;
- оптимізм.

Аналіз даних дослідження засвідчив, що об'єднуючим фактором головним чином тут виступає саме оптимістичне життєве налаштування. Травматичні події вимагають від людини кардинального перетворення способу життя, трансформації ціннісного ставлення до життя в цілому, модифікації базових життєвих переконань та вироблення індивідуальної життєвої філософії. Такого роду зміни потребують не лише спеціалізованої допомоги та підтримки, але і непростой самостійної роботи особистості. Таким чином на певному етапі покращання якості життя дедалі більшою мірою починає залежати від зусиль самої людини та особливостей її характеру. Особистість, що знаходиться у складній життєвій ситуації, спроможна протиставити травматизації свою стратегію активного та діяльного саморозвитку, яка базується на оптимізмі. Таким чином, реалізації еколого орієнтованої життєдіяльності, разом з чинниками здоров'я, особливе місце посідає чинник позитивних особистісних

характеристик, котрі опосередковують вплив зовнішніх (часто- густо травматичних) умов на психологічне благополуччя людини. Серед базових конструктів, що утворюють особистісні детермінанти, важливе місце посідають особистісна автономність, самоефективність, толерантність відносно невизначеності, суб'єктивна вітальність, контроль за діями, рефлексивність, оптимізм, копінг-стратегії, життєва стійкість та оптимізм. В ході аналізу результатів дослідження було зафіксовано, що саме оптимістичне налаштування особистості виступає тим фундаментом, що об'єднує і підтримує так звані гармонійні характерологічні особливості (відповідно до великої п'ятірки OCEAN: openness, conscientiousness, extraversion agreeableness, neuroticism), виступаючи чинником екологічно орієнтованої життєдіяльності.

Оптимізм розглядаємо як особистісні емоційно забарвлені диспозиції, переконання, настрої, що віддзеркалюють позитивні чи негативні очікування відносно окремих подій або майбутнього в цілому, що є наслідком певного вибіркового сприйняття і розуміння світу навколо (за К. К. Муздибаєвим). Оптимізм включає позитивний пояснювальний стиль (оцінка та спосіб пояснення причин подій, що вже відбулися, надію (позитивні очікування в конкретній життєвій ситуації в майбутньому, що передбачають готовність до поведінки, вчинків задля досягнення бажаного блага) та самоефективність (віра в ефективність власної поведінки).

З одного боку оптимізм включають як значимий фактор при дослідженні особистісного потенціалу, так і при дослідженні психологічної стійкості, суб'єктивного благополуччя, яким приділяється особлива увага в психологічних дослідженнях, в яких автори рухаються в руслі позитивної психології. При цьому варто емпірично перевірити в умовах сучасного українського суспільства позицію дослідників, згідно котрої високий рівень суб'єктивного благополуччя сприяє вибору ефективних (у нашій термінології – екологічних) стратегій вирішення життєвих задач і збереження психологічного здоров'я.

В контексті нашої теми розглядаємо оптимізм як складову загального емоційного ставлення до життя та одну з особистісних детермінант екологічної орієнтованої життєдіяльності, що має стати предметом прицільного психологічного дослідження. Вважаючи на постійну зміну та трансформацію середовища і виклики, що несе сучасне суспільство, оптимізм покликаний бути каталізатором екологічно орієнтованої життєдіяльності та стати з одного боку на заваді психологічному травмуванню та формуванню адекватної життєстійкості людини, що є творцем своєї власної життєвої історії та співтворцем історії сім'ї, свого народу та цілого людства. Важливе завдання і для окремої особистості, і для локальних спільнот, об'єднаних спільним життєвим досвідом травматичного та болісного переживання, проживання трагічних подій та наступними непростими життєвими подіями, що потяглися за ними (проблеми, пов'язані із здоров'ям та його втратою, а також спричинені вимушеним переселенням, працевлаштуванням, освоєнням нового життєвого середовища, організація спілок та громадських організацій, викликана необхідністю відстоювати свої права та ін.) полягає у прицільному вправлянні та розвитку виділених вище особливостей.

Враховуючи нині складну ситуацію в країні, викликану військовою агресією та вимушеним переселенням зі сходу України великих груп населення, потребою в реабілітації учасників АТО, можна було б активно послуговуватись досвідом людей, які називають себе «чорнобильцями», адже вони мають неоціненний досвід проживання багато в чому аналогічних ситуацій, власним життям довели ефективність власного життєствердного, оптимістичного підходу до подолання життєвих перешкод.

Адже оптимізм сприяє конструктивному вирішенню складних життєвих ситуацій, позитивній переоцінці, плануванню їх вирішення, реалізації рішення з опорою на соціальну підтримку, включаючи підтримку близьких та друзів.

Задля цього перспективним є ініціювання об'єднання громад, де в основі лежатиме взаємодопомога та взаємна підтримка. Зусилля психологів, соціальних працівників та соціальних педагогів мають бути об'єднані з метою ініціювання та підтримки активації таких соціальних та психологічних факторів, що можуть діяти, як окремо, так і в різних комбінаціях, забезпечуючи ефективну життєву стійкість людини. Особливе місце психологічного ресурсу, на нашу думку, може посісти і такий специфічний засіб подолання наслідків травматичних подій як гумор, до якого, за свідченнями учасники опитування, вони зверталися в найтяжчі періоди свого життя (згадаймо сумно-веселі «чорнобильські» анекдоти) та продовжують звертатися з метою полегшення переживання негативних емоцій (що підтверджує саме конструктивну природу психологічного подолання на противагу психологічному захисту).

Проведене дослідження дозволило переконатись у тому, що розвиток вище перелічених детермінант може ініціювати низку позитивних змін в житті людей, в їхній здатності впоратись з глибокою травмою, пов'язаною і з наслідками складної життєвої ситуації та повсякденним життям, сповненим довготривалим напруженням. Саме такі громадяни та їхні локальні та більш широкі спільноти, за умов професійного психологічного та соціального супроводу, здатні поступово вибудовувати свою внутрішню та орієнтовану назовні взаємодію та відповідний спосіб життя, що може поширюватися на інші соціальні середовища, збагачуючи, оптимізуючи та оздоровлюючи їх.

Водночас слід зазначити, що на часі стоїть питання про створення спеціальних центрів, комфортних середовищ, своєрідно зорієнтованих на різні задачі, пов'язані з подоланням наслідків психотравмівних ситуацій, в яких опиняються громадяни різних соціальних та вікових груп, вирішенням яких і покликані займатися фахівці психологи, волонтери, соціальні працівники.

Особистість, що знаходиться у складній життєвій ситуації, спроможна протиставити травматизації свою стратегію активного та діяльного саморозвитку, яка базується на оптимізмі.

Список використаних джерел

1. Balick, A. (2013). The Psychodynamics of Social Networking: Connected-up Instantaneous Culture and the Self (The Psychoanalysis and Popular Culture Series). Karnac Books, 224 p.
2. Ballick, A. (2013). The Real Motivation Behind Social Networking, Tilt Magazine Therapeutic Innovation in Light of Technology, Vol. 3, 24-34
3. Burke, M., Marlow, C., Lento, T. (2010). Social network activity and social well-being // Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems, 1909-1912, NY, USA. – Ел. ресурс: <http://dl.acm.org/citation.cfm?id=1753613>
4. Chetveryk-Burchak A. On assessing emotional intelligence as a precursor of positive personality functioning and mental health / A. Chetveryk-Burchak, E. Nosenko // Advances in Social Sciences Research Journal . – 2014. – Vol.1, No 4. –P. 33–42.
5. Cloninger C.R., Zohar A.H. Personality and the perception of health and happiness // Journal of Affective Disorders. 2011. Vol. 128. P. 24–32.
6. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. American Psychologist, 56, 218-226.
7. Gewalt im Web 2.0; Grimm, P./Rhein, S./Clausen-Muradian, E.; Hrsg: NLM, 2008. – Ел. ресурс: http://www.nlm.de/fileadmin/dateien/aktuell/Studie_Prof._Grimm.pdf
8. Hampton, K., Lu, W., Shin, I., Purcell, K. (2015). Psychological Stress and Social Media Use. / Pew Research Center. Social Media and the Cost of Caring. – Ел.ресурс:

- <http://www.pewinternet.org/2015/01/15/psychological-stress-and-social-media-use-2/>
9. Hobfoll Stevan E. Stress, Culture, and Community. N.Y. and London, The Psychology and Philosophy of Stress, 1998. – 296 p.
 10. Janoff-Bulman R. (1998). Rebuilding shattered assumptions after traumatic life events: coping processes and outcomes. In: C.R. Snyder (Ed.) Coping: The psychology of what works. N.Y. Oxford University Press.
 11. Kahneman D, Tversky A. Choices, values and frames — Cambridge: Cambridge University Press, 2000. — 840
 12. Kern, S. (2011). Cyber-Mobbing: Erscheinungsformen, Folgen und sozialpädagogische Handlungsansätze, GRIN Verlag, 92 p.
 13. Kluemper, D. H., Rosen, P. A., & Mossholder, K. W. (2012). Social Networking Websites, Personality Ratings, and the Organizational Context: More Than Meets the Eye? Journal of Applied Social Psychology, 42(5), 1143–1172.
 14. Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. Social Indicators Research, 46, 137-155.
 15. M. Zeidner M. What we know about emotional intelligence: how it affects learning, work, relationships, and our mental health / Zeidner M., Matthews G., Roberts R. D. – London: A Bradford book, 2009– 464
 16. Vaillant G.E. Adaptation to Life/George Eman Vaillant–MA.: Harvard University Press, 1974. –416 p.
 17. Wiltfong, J. (2013). Global “Sharers” on Social Media Sites Seek to Share Interesting (61%), Important (43%) and Funny (43%) Things. – Ел. ресурс: <http://www.ipsos-na.com/news-polls/pressrelease.aspx?id=6239>.
 18. Абульханова-Славская К.А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности // Психология формирования и развития личности. - М.: Наука, 1981. - С.29-45.

- 19.Абульханова-Славская К.А., 1981, Развитие личности в процессе жизнедеятельности, К.А. Абульханова-Славская, Психология формирования и развития личности. М. : Наука.
- 20.Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы: Учеб. пособие для вузов. – М.: Аспект Пресс, 2002. – 287 с.
- 21.Андриенко Е.В. Социальная психология — М.: Академия, 1999. – 328 с.
- 22.Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса. /В.А. Бодров //Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – № 2. – С. 113 – 122.
- 23.Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. 3-е изд. – М. : Московский психол-соц. инс-т, Воронеж : НПО «МОДЭК», 2001. – С. 18—56.
- 24.Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Возрастная и педагогическая психология [Текст] : хрестоматия: Для студ. высш. пед. учеб. заведений / Сост. И.В. Дубровина и др. – М. : AcademiA, 2001. – С. 78-82.
- 25.Борисова Е.М. Профессиональное самоопределение: личностный аспект. // Дис. ...доктора психол. наук. – М. : ПИ РАО, 1995. – 411 с.
- 26.Боришевский М. И. Развитие саморегуляции поведения школьников. Автореф. дисс. доктора психол. наук. – М. : АСТ, 1990. – 40 с.
- 27.Вернік О.Л. Життєдіяльність як проблема екологічної психології // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – Том VII. Екологічна психологія. – Випуск 36. – С. 93-102.

- 28.Вернік О.Л. Психологічні аспекти «тролінг-діяльності» // Психологічні перспективи. Спеціальний випуск. Проблеми кіберагресії. – К. : Промдрук, 2012. – Т. 1. – С. 128-134.
- 29.Гіденс Є. Соціологія: Пер. с англ. В.Шовкун, А.Олійник. – К., 1999. – 726 с.
- 30.Горностай П.П. Формирование психологической готовности старшеклассников к педагогической деятельности: автореф. дисс... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / П. П. Горностай. – К., 1988. – 149 с.
- 31.Грачев Г.В. Диалектика взаимосвязи информационно-психологической безопасности личности, общества и государства // 2-я Российская конференция по экологической психологии. Тезисы. – М. : Экопсицентр РОСС, 2000. – С. 278-279.
- 32.Гуткина, Н. И. Психологическая готовность к школе [Текст] / Н. И. Гуткина. – М. : НПО «Образование», 1996. – 160 с.
- 33.Еколого-психологічні чинники якості життя в умовах розвитку сучасного суспільства : Колективна монографія / за наук. ред. Ю. М. Швалба. – Кіровоград : «Імекс-ЛТД», 2013. – 208 с.
- 34.Желудева С.В. Психологическая готовность к браку на разных этапах периода взрослости / Светлана Васильевна Желудева : дис. ... канд. психол. наук. – Ростов-на-Дону, 2009 – 258 с.
- 35.Зеленін В.В. По той бік правди: НЛП як зброя інформаційно-пропагандистської війни. – К. : «Люта справа», 2015. – 384 с.
- 36.Ильин Е. П. Психология воли / Ильин Е. П. – СПб. : Питер, 2000. – С. 17–195.
- 37.Капина О.А. Структура психологической готовности к выбору профессии [Текст] / О.А. Капина // Ярославский педагогический вестник – 2011 – № 3 – Том II (Психолого-педагогические науки). – С. 205-207.

- 38.Карпинский К.В. Жизнедеятельность как форма активности субъекта жизни // Методология и история психологии. – Том 5. Выпуск 1. – 2010. – С. 184-202.
- 39.Карпинский К.В., 2010, Жизнедеятельность как форма активности субъекта жизни, К.В. Карпинский, Методология и история психологии. Том 5. Выпуск 1.
- 40.Кирпенко Т. М. Сучасний стан та перспективи вивчення вольової регуляції особистості у психологічних дослідженнях / Т.М. Кирпенко // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2017. – Том VII. Екологічна психологія. – Випуск 44. – С. 92-101.
- 41.Кокун О.М. Зміст та структура психологічної готовності фахівця до екстремальних видів діяльності // Проблеми екстремальної та кризової психології. – Вип. 7, 2010. – С. 182-190.
- 42.Леонтьев А. Н. Воля / А. Н. Леонтьев // Вестник Московского университета. – Сер. 14, Психология. – 1993. – № 2. – С. 3– 14.
- 43.Леонтьев Д. А. Позитивная психология - повестка дня нового столетия /Д.А.Леонтьев //Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9, № 4. С. 36–58.
- 44.Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Д.А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 1 / под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 56-65.
- 45.Леонтьев Д.А. Подход через позитивные черты личности: от психологического благополучия к добродетелям и силам характера /Д.А.Леонтьев Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. —С. 76–91.
- 46.Лепский В.Е. Информационно-психологическая безопасность: экопсихология информационной среды общества // 2-я Российская

- конференция по экологической психологии. Тезисы. – М. : Экопсицентр РОСС, 2000 – С. 272-276.
47. Лубовский, Д. В. Понятие «внутренняя позиция личности» в работах Л. И. Божович: теоретические аспекты и современные исследования [Текст] / Д. В. Лубовский // Журнал практического психолога. – 2008. – № 5. – С. 157–171.
48. Мадди С.Р. Смыслообразование в процессе принятия решений / С.Р. Мадди // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26. – №6. – С.87–101.
49. Муздыбаев К. К. Оптимизм и пессимизм личности (опыт социолого-психологического исследования) /К.К.Муздыбаев // Социологические исследования, 2003. № 12, с. 87-96, <http://www.isras.ru/files/File/Socis/2003-12/mudzybaev.pdf>
50. Носенко Е.Л. Н.В.Коврига. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції:[Моногр]./Е.Л.Носенко, Н.В.Коврига; Дніпропетр.нац.ун-т. –К.: Вища шк.,2003.
51. Падун М. А., Котельникова А. В. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янов-Бульман./М.А. Падун, А.В.Котельникова //Психологический журнал, – 2008. – Том 29, №4 июль-август 2008. – с. 98-107.
52. Покальчук О.В. Проксі-війна і інформаційні операції // LB.UA. Ел.посилання (на 21.02.2018): [+https://lb.ua/society/2017/12/13/384643_proksiviyna_i_informatsiyni.html](https://lb.ua/society/2017/12/13/384643_proksiviyna_i_informatsiyni.html)
53. Реймерс Н. Ф., 1991, Популярный биологический словарь, Н.Ф. Реймерс, М.: Наука.
54. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Прогресс, 1994.
55. Романова Е.С. Профессиональное становление и развитие с позиций дуального подхода // Системная психология и социология, 2010, том

- 1, №1. – Ел. ресурс: http://systempsychology.ru/journal/n_1_2010/8-romanova-es-professionalnoe-stanovlenie-i-razvitie-s-pozicij-dualnogo-podxoda.html.
- 56.Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание / С.Л. Рубинштейн. – М.: Изд-во АН СССР, 1957. – 328 с.
- 57.Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1976. – 416 с.
- 58.Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2000. – 712 с.
- 59.Селиванов В. И. Основные подходы к психологическому исследованию волевой активности личности / В. И. Селиванов // Экспериментальные исследования волевой активности. – Рязань, 1986. – 138 с.
- 60.Селигман М. Новая позитивная психология: [Монография]. /М.Селигман –М.: София, 2006
- 61.Сериков Г.Н., 2014, Личный энергоресурс как основа жизнедеятельности человека, Г.Н. Сериков, Вестник Южно-Уральского государственного университета. – № 1, том 6.
- 62.Соціально-психологічні засади становлення екологічно орієнтованого способу життя особистості [Монографія] За редакцією Ю.М. Швалба– Київ: : психологія оптимального переживання / М.Чиксентмихайи–М.: Смысл; Альпина нон-фикшн, 2011
- 63.Тарновская А. С. Формирование психологической готовности студентов университета к педагогической деятельности в школе: автореф. дис. ...канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / НИИ психологии УССР / А. С. Тарновская. – К., 1991. – 20 с.
- 64.Таротенко, О. А. Структура психологической готовности к выбору профессии в юношеском возрасте / О. А. Таротенко // Системогенез учебной и профессиональной деятельности: материалы IV

- Всероссийской научно-практической конференции. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2009. – 317 с.
- 65.Фромм Э. Бегство от свободы. – М. : АСТ, 2009. – 288 с.
- 66.Хашченко Н.Н., 2002, Социально-психологические факторы жизнедеятельности личности на экологически неблагоприятных территориях : Чернобыльский след, дис. ... к. пс. н. : спец. 19.00.05, Н.Н. Хашченко, Москва.
- 67.Шадриков В.Д., Нижегородцев Н.В. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2001- 256 с.
- 68.Шамяонов Р.М. Психология субъективного благополучия личности / Р.М. Шамяонов. Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2004. 180 с.
- 69.Швалб Ю. М. Возвращение к забытой теме: проблема воли в психологии / Ю. М. Швалб // зб. наук. пр. Актуальні проблеми психології. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – Том VII. Екологічна психологія. – Вип. 37. – С. 186–199.
- 70.Швалб Ю. М., 2005, Еколого-психологічні виміри способу життя, Ю.М. Швалб, Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України. – Т. 1, Вип. 5, Ч. 2. – К.: Міленіум.
- 71.Шептенко О.Б. Системная детерминация профессиональных установок в реальной жизнедеятельности (На материале педагогического труда) / Олеся Борисовна Шептенко : дис. ... канд. психол. наук. – Барнаул, 1998 – 150 с.
- 72.Яковенко С.І. Психологічна допомога особам, що постраждали внаслідок екстремальних ситуацій та радіоекологічного лиха: навчальний посібник С.І.Яковенко – К., 1998.

1. Balick, A. (2013). *The Psychodynamics of Social Networking: Connected-up Instantaneous Culture and the Self* (The Psychoanalysis and Popular Culture Series). Karnac Books, 224 p.
2. Ballick, A. (2013). *The Real Motivation Behind Social Networking*, Tilt Magazine Therapeutic Innovation in Light of Technology, Vol. 3, 24-34
3. Beitrage zur speziellen Psychologie auf Grund einer Messenuntersuchung, "Z. Psychol.", 42, 43, 45, 46, 49, 51, 1906–1909 (сумісно з Wiersma E.);
4. Berry B.J.L. (1976) *The Counterurbanization Process: Urban America since 1970* // *Urban Affairs Annual Reviews*, no 11, pp. 17
5. Boekaerts, M. & Corno, L. Self-regulation in the classroom: A perspective on assessment and intervention. *Applied Psychology: An International Review*, 54(2), 199-231, 2005
6. Burke, M., Marlow, C., Lento, T. (2010). *Social network activity and social well-being* // *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1909-1912, NY, USA. – Ел. ресурс: <http://dl.acm.org/citation.cfm?id=1753613>
7. Chetveryk-Burchak A. On assessing emotional intelligence as a precursor of positive personality functioning and mental health / A. Chetveryk-Burchak, E. Nosenko // *Advances in Social Sciences Research Journal* . – 2014. – Vol.1, No 4. –P. 33–42.
8. Cloninger C.R., Zohar A.H. Personality and the perception of health and happiness // *Journal of Affective Disorders*. 2011. Vol. 128. P. 24–32.
9. Corno, L. Volitional aspects of self-regulated learning. In B. J. Zimmerman & D. H. Schunk (Eds.), *Self-regulated learning and academic achievement*. London: Lawrence Erlbaum. – 2001. - pp. 191-225.

10. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
11. Fredrickson, Barbara (2009). *Positivity*. New York: Crown.
12. Gewalt im Web 2.0; Grimm, P./Rhein, S./Clausen-Muradian, E.; Hrsg: NLM, 2008. — Эл. pecыpc: http://www.nlm.de/fileadmin/dateien/aktuell/Studie_Prof._Grimm.pdf
13. Hampton, K., Lu, W., Shin, I., Purcell, K. (2015). Psychological Stress and Social Media Use. / Pew Research Center. Social Media and the Cost of Caring. — Эл.pecыpc: <http://www.pewinternet.org/2015/01/15/psychological-stress-and-social-media-use-2/>
14. Hobfoll Stevan E. Stress, Culture, and Community. N.Y. and London, The Psychology and Philosophy of Stress, 1998. — 296 p.
15. Hoppe, F.(2008). Methodology for the Assessment of the Level of Claims" Children Psycho Diagnostics, Encyclopedia of Psycho Diagnostics, p.624
16. Janoff-Bulman R. (1998). Rebuilding shattered assumptions after traumatic life events: coping processes and outcomes. In: C.R.Snyder (Ed.) *Coping: The psychology of what works*. N.Y. Oxford University Press.
17. Kahneman D, Tversky A. Choices, values and frames — Cambridge: Cambridge University Press, 2000. — 840
18. KaplanM. Leisure: theoryandpolicy. - N.Y., 1975.—30.
19. Kern, S. (2011). *Cyber-Mobbing: Erscheinungsformen, Folgen und sozialpädagogische Handlungsansätze*, GRIN Verlag, 92 p.
20. Kielhofner, G. "Volition". in Gary Kielhofner. *Model of Human Occupation: Theory and application* (4th edition ed.). Baltimore: Lippencott Williams & Wilkins. pp. 33–50.
21. Kluemper, D. H., Rosen, P. A., & Mossholder, K. W. (2012). Social Networking Websites, Personality Ratings, and the Organizational Context:

- More Than Meets the Eye? *Journal of Applied Social Psychology*, 42(5), 1143–1172.
22. Kuhl J., Beckmann J. Historical perspectives in the study of action control // *Action control: From cognition to behavior* / Ed. by J. Kuhl, J. Beckmann. Berlin. N.Y. – 1985. – P.178–185.
 23. Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
 24. M.Zeidner M. What we know about emotional intelligence: how it affects learning, work, relationships, and our mental health / Zeidner M., Matthews G., Roberts R. D. – London: A Bradford book, 2009– 464
 25. Margulis, Lynn and Dorion Sagan, 2007, *Dazzle Gradually: Reflections on the Nature of Nature*, Sciencewriters Books, ISBN 978-1-933392-31-8
 26. McAdams D.P., Logan R.L. What Is Generativity? The generative society: Caring for future generations. Washington, DC, American Psychological Association, 2004, pp. 15–31.
 27. McAdams, D.P., & de St. Aubin, E. (1992). A theory of generativity and its assessment through self-report, behavioral acts, and narrative themes in autobiography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1003-1015
 28. Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press
 29. Mitchell C. (2004) Making Sense of Counterurbanization // *Journal of Rural Studies*, no 20, pp. 15–34.
 30. Neulinger, J. *The psychology of leisure*. Springfield, IL: C.C. Thomas.1978.
 31. Sherif, M. (1936). *The psychology of social norms*. Oxford, England: Harper. – 225 p.
 32. Silva M. N., Markland D. A., Minderico C. S., Vieira P.N., Castro M.M., Coutinho S.S., Santos T.C., Matos M.G., Sardinha L.B., Teixeira P.J. A

- randomized controlled trial to evaluate self-determination theory for exercise adherence and weight control: Rationale and intervention description // BMC Public Health. – 2008. – Vol. 8. – P. 234–247.
33. Tajfel H., Turner J. The social identity theory of intergroup behaviour//Psychology of Intergroup Relations, 2nd edn./Eds S. Worchel, W. Austin. Chi.: Nelson-Hall, 1986. – P. 7 – 24.
 34. The Course of Human Life: A Study of Goals in the Humanistic Perspective / ed. by C. Buhler, F. Massarik. N.Y., 1968
 35. Turner J. Social comparison and social identity: Some prospects for intergroup behaviour // Europ. J. Soc.Psychol. – 1975. – № 5. – P. 5 – 34.
 36. Vaillant G.E. Adaptation to Life/George Eman Vaillant–MA.: Harvard University Press, 1974. –416 p.
 37. Veal A.I. Leisure and the future. — N.Y., 1987.
 38. von Weizsaecker, E., Wijkman, A. Come On! Capitalism, Short-termism, Population and the Destruction of the Planet. — Springer, 2018. — 220 p.
Ел. pecypc: <http://pr-portal.com.ua/come-on-doklad-rimskogo-kluba-2758.html>
 39. Wiltfong, J. (2013). Global “Sharers” on Social Media Sites Seek to Share Interesting (61%), Important (43%) and Funny (43%) Things. – Ел. pecypc: <http://www.ipsos-na.com/news-polls/pressrelease.aspx?id=6239>.
 40. Абульханова К. А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. - СПб.: Алетейя, 2001. - 304 с.
 41. Абульханова-Славская К.А. О субъекте психической деятельности. – М., 1973.
 42. Абульханова-Славская К.А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности // Психология формирования и развития личности. - М.: Наука, 1981. - С.29-45.
 43. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская – М.: Мысль, 1991. – 300 с.

44. Абульханова-Славская К.А., Брушлинский А.В. Философско-психологическая концепция С.Л. Рубинштейна / К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский – М.: Наука, 1989. – 248 с.
45. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. // Альфред Адлер. - М. : Академический Проект, Гаудеамус, 2015. - 240 с.
46. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. М., 1977. 380 с.
47. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2010. – 288 с.
48. Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы: Учеб. пособие для вузов. – М.: Аспект Пресс, 2002. – 287 с.
49. Андриенко Е.В. Социальная психология — М.: Академия, 1999. – 328 с.
50. Анциферова Л. И. Методологические проблемы психологии развития. В кн.: Принципы развития в психологии. М.: Наука, 1978
51. Асмолов А.Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека : [монография] /А.Г.Асмолов. –М:МГУ, 1990.
52. Балакина А.А. Особенности отношения к Другому жителей мегаполиса, крупнейшего и малого городов / А.А.Балакина// Российский психологический журнал.2011.Т.8.№5.С.50-55
53. Бестужев-Лада И. В. Опыт типологии социальных показателей образа жизни // Социол. исслед. 1980. –
54. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса. /В.А. Бодров //Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – № 2. – С. 113 – 122.
55. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. 3-е изд. – М. :

- Московский психол-соц. инс-т, Воронеж : НПО «МОДЭК», 2001. – С. 18—56.
56. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Возрастная и педагогическая психология [Текст] : хрестоматия: Для студ. высш. пед. учеб. заведений / Сост. И.В. Дубровина и др. – М. : Academia, 2001. – С. 78-82.
 57. Борисова Е.М. Профессиональное самоопределение: личностный аспект. // Дис. ...доктора психол. наук. – М. : ПИ РАО, 1995. – 411 с.
 58. Боришевский М. И. Развитие саморегуляции поведения школьников. Автореф. дисс. доктора психол. наук. – М. : АСТ, 1990. – 40 с.
 59. Боцманова М.Э., Гусева Е.П. Николай Александрович Рыбников (обзор архивных материалов) // Вопросы психологии, № 6, 1997. – С. 96-108.
 60. Бусыгина Н.П. Психоаналитическая интерпретация как исследовательская стратегия // Консультативная психология и психотерапия, № 4, 2012. – С. 60-84
 61. Бьюдженталь Дж. Предательство человечности: миссия психотерапии по восстановлению нашей утраченной идентичности // Эволюция психотерапии: В 3 т. М., 1998. Т. 3. С.180–207;
 62. Вернадский В.И. Труды по всеобщей истории науки /В. И. Вернадский.- 2-е и зд .- М: Наука, 1988. – 336 с.
 63. Вернадський В.І. Біосфера і ноосфера. – М. : Айрис-Пресс, 2004. – 576 с.
 64. Верник А.Л., Вовчик-Блакитна Е.А., Проблема ресурсов жизнедеятельности личности // 13 International scientific-practical conference «Forming of Modern Educational Environment: Benefits, Risks, Implementation mechanisms», September 29th, 2017, Tbilisi, Georgia
 65. Вернік О.Л. Життєдіяльність як проблема екологічної психології // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту

- психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – Том VII. Екологічна психологія. – Випуск 36. – С. 93-102.
66. Вернік О.Л. Психологічні аспекти «тролінг-діяльності» // Психологічні перспективи. Спеціальний випуск. Проблеми кіберагресії. – К. : Промдрук, 2012. – Т. 1. – С. 128-134.
67. Вернік О.Л. Психологічні особливості образу довкілля в свідомості підлітків. Дисертація...канд. психол. наук / О.Л. Вернік– К.:, 2004. – 167 с.
68. Власова О.І. Психологічна структура та чинники розвитку соціальних здібностей. // дис. ... доктора психологічних наук. - К., 2006 - 380 с.
69. Вложенный труд / Психология. Словарь. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с. – С. 54.
70. Вовчик-Блакитна О.О., Гурлева Т.С. Якість життя – умова та результат міжпоколінної взаємодії в сім'ї / О.О. Вовчик-Блакитна, Т.С. Гурлева // Екологічна психологія : хрестоматія / за ред. І.І. Шлімакової – Харків : Видавництво «Діса Плюс», 2016. – С. 227-233
71. Выготский Л.С. Исторический смысл психологического кризиса // Л.С.Выготский. Собр. соч. В 6 т. Т. 1. М.: Педагогика, 1982. С. 386-389.
72. Выготский Л.С. Мышление и речь. – М. : ГосСоцЭкономИзд, 1934. – 362 с.
73. Выготский, Л. С. История развития высших психических функций / Л. С. Выготский. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 336 с.
74. Гегель Г.В.Ф. Сочинения. Т. 12: Лекции по эстетике. Книга первая / Г.В.Ф.Гегель — М.:, 1938. — 472с.
75. Гіденс Є. Соціологія: Пер. с англ. В.Шовкун, А.Олійник. – К., 1999. – 726 с.
76. Голд Д. Психология и география: Основы поведенческой географии. Пер. с англ. / Д.Голд – М.: Прогресс, 1990. – 304с.

77. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. – М. : Смысл, 2008. – 267 с.
78. Горностай П.П. Формирование психологической готовности старшеклассников к педагогической деятельности: автореф. дисс... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / П. П. Горностай. – К., 1988. – 149 с.
79. Грачев Г.В. Диалектика взаимосвязи информационно-психологической безопасности личности, общества и государства // 2-я Российская конференция по экологической психологии. Тезисы. – М. : Экопсицентр РОСС, 2000. – С. 278-279.
80. Гуманистическая природа социалистического образа жизни.— К. : 1982.— 341 с.
81. Гуткина, Н. И. Психологическая готовность к школе [Текст] / Н. И. Гуткина. – М. : НПО «Образование», 1996. – 160 с.
82. Данченко Е. А., Сохань Л. В., Тихонович В. А. Формирование разумных потребностей личности,— Киев, 1984.— 223 с.
83. Дарвин Ч. Происхождение видов путём естественного отбора или сохранение благоприятных рас в борьбе за жизнь. — Перевод с шестого издания (Лондон, 1872). — Санкт-Петербург: Наука, 1991. — 270 с.
84. Джемс У. Психология /У.Джемс. – М.: Педагогика, 1991. – 369 с.
85. Диалектика общественного развития – М. : Наука, – 1987. – 558 с.
86. Дильтей В. Описательная психология / Пер. Е.Д. Зайцевой, под ред. Г.Г. Шпета. — Второе издание. — СПб.: Алетейя, 1996. — 160 с.
87. Дружинин В.Н. Варианты жизни. Очерки экзистенциальной психологии. – М. : ПЕР СС – СПб. : Иматон-М, 2000. –
88. Еколого-психологічні чинники якості життя в умовах розвитку сучасного суспільства : Колективна монографія / за наук. ред. Ю. М. Швалба. – Кіровоград : «Імекс-ЛТД», 2013. – 208 с.

89. Єрмаков І.Г. Життєвий проект особистості : від теорії до практики : практико зорієнтований посібник. / І.Г. Єрмаков, Д.О. Пузіков. – К. : Освіта України, 2007. – 212 с.
90. Желудева С.В. Психологическая готовность к браку на разных этапах периода взрослости / Светлана Васильевна Желудева : дис. ... канд. психол. наук. – Ростов-на-Дону, 2009 – 258 с.
91. Жизненный путь личности (вопросы теории и методологии социально-психологического исследования) / под ред. Сохань Л.В. – К.: Наукова думка, 1987. – 281 с.
92. Зеленін В.В. По той бік правди: НЛП як зброя інформаційно-пропагандистської війни. – К. : «Люта справа», 2015. – 384 с.
93. Змановская Е.В. Современный психоанализ. Теория и практика. – СПб. : Питер, 2011. – 283 с.
94. Из автобиографии Н.А. Рыбникова – одного из первых сотрудников психологического института // Вопросы психологии, № 1, 1994. – С. 11-26.
95. Ильин Е. П. Психология воли / Ильин Е. П. – СПб. : Питер, 2000. – С. 17–195.
96. Каган М.С. Человек как проблема современной философии: очерки социальной антропологии / М.С. Каган. – Эл. ресурс : <http://anthropology.ru/ru/texts/kagan/man.html>
97. Казарова Т.В. Структура человеческой жизнедеятельности и исторический тип культуры // Татьяна Викторовна Казарова / дис... доктор философских наук, – М., 1999. – 345 с.
98. Кант И. Критика чистого разума. – М. : Эксмо, 2015. – 620 с.
99. Капина О.А. Структура психологической готовности к выбору профессии [Текст] / О.А. Капина // Ярославский педагогический вестник – 2011 – № 3 – Том II (Психолого-педагогические науки). – С. 205-207.

100. Карпинская Р.С. Человек и его жизнедеятельность: философско-публицистический очерк. – М. : Знание, 1988. – 63 с.
101. Карпинский К. В. Жизнедеятельность как форма активности субъекта жизни // Методология и история психологии. – Том 5. Выпуск 1. – 2010. – С. 184-202.
102. Кениг Э. В. Вундт: Его философия и психология / Пер. с нем. С. Штейнберга. СПб.: Ред. журнала "Образование", 1902.
103. Кирпенко Т. М. Сучасний стан та перспективи вивчення вольової регуляції особистості у психологічних дослідженнях / Т.М. Кирпенко // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2017. – Том VII. Екологічна психологія. – Випуск 44. – С. 92-101.
104. Климчук В.О. Життєвий шлях особистості. Математичне моделювання за допомогою багатомірного шкалювання // Соціальна психологія – 2006. – №4(18). – С. 182-191.
105. Ковалев В.И. Психологические особенности личностной организации времени жизни: Автореф. дис. канд. психол. наук. – М., 1979.
106. Кокун О.М. Зміст та структура психологічної готовності фахівця до екстремальних видів діяльності // Проблеми екстремальної та кризової психології. – Вип. 7, 2010. – С. 182-190.
107. Кон И.С. Ребенок и общество. - М.: главная редакция восточной литературы изд-ва «Наука», 1988.
108. Кон И.С. Жизненный путь как предмет междисциплинарного исследования // Человек в системе наук. — М., 1989.
109. Кропоткин П.А. Взаимопомощь как фактор эволюции. Редакция журнала «Самообразование», М. 2007. – 161 с.
110. Кун М., Макпартленд Т. «Кто Я» Применение теста «20-ти высказываний» / М.Кун, Т.Макпартленд // Психология самосознания.

- Хрестоматия. – Самара: Издательский Дом «Бахрам-М», 2003– 672 с.
– С. 460 – 468.
111. Кювье Ж. Рассуждение о переворотах на поверхности земного шара и об изменениях, какие они произвели в животном царстве. – МОСКВА : БИОМЕДГИЗ, 1937. Ел. ресурс: <http://evolbiol.ru/cuvier.htm>
112. Ламарк Ж.-Б. Философия зоологии. Том 1. – М.: БИОМЕДГИЗ, 1935. – 495 с. Ел. ресурс: <http://padaread.com/?book=49062>
113. Леонтьев А. Н. Воля / А. Н. Леонтьев // Вестник Московского университета. – Сер. 14, Психология. – 1993. – № 2. – С. 3– 14.
114. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. Изд. 2-е. / А.Н.Леонтьев – М.: Политиздат, 1977. – 304 с.
115. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии // Леонтьев Алексей Николаевич. - М. : Смысл, 2000. - 512 с.
116. Леонтьев Д. А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному / Д.А.Леонтьев // Вопросы психологии, 2011, № 1. — С. 16.
117. Леонтьев Д. А. Позитивная психология - повестка дня нового столетия /Д.А.Леонтьев //Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9, № 4. С. 36–58.
118. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Д.А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 1 / под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 56-65.
119. Леонтьев Д.А. Подход через позитивные черты личности: от психологического благополучия к добродетелям и силам характера /Д.А.Леонтьев Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. —С. 76–91.
120. Лепский В.Е. Информационно-психологическая безопасность: экопсихология информационной среды общества // 2-я Российская

- конференция по экологической психологии. Тезисы. – М. : Экопсицентр РОСС, 2000 – С. 272-276.
121. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь // Принцип развития в психологии / Отв. ред. Л.И. Анцыферова. М.: Наука, 1978. С. 156—172.
122. Логинова Н.А. Биографический метод в свете идей Б.Г. Ананьева // Вопросы психологии, № 5, 1986. – С. 104-112.
123. Логинова Н.А. Жизненный путь человека как проблема психологии // Вопросы психологии, № 1, 1985. – С. 103-109.
124. Логинова Н.А. События, обстоятельства жизненного пути и развитие личности // Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы. Сборник научных статей. ./Учреждение образования "Гродненский гос. ун-т им. Я.Купалы"; науч. ред.: Н.А. Логинова, К.В. Карпинский.- Гродно : ГрГУ, 2012. - 433 с. –Ел. ресурс: <http://psihologia.biz/razvitiya-akmeologiya-psihologiya/udk-159n-loginova-sobyitiya-obstoyatelstva-36809.html>
125. Лубовский, Д. В. Понятие «внутренняя позиция личности» в работах Л. И. Божович: теоретические аспекты и современные исследования [Текст] / Д. В. Лубовский // Журнал практического психолога. – 2008. – № 5. – С. 157–171.
126. Мадди С.Р. Смыслообразование в процессе принятия решений / С.Р. Мадди // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26. – №6. – С.87– 101.
127. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник. — Видання друге, перероблене та доповнене. — Київ: «Центр навчальної літератури», 2004. — 272 с.
128. Мальтус Т.Р. Опыт о законе народонаселения. – М. : Директмедиа Паблишинг, 2008. – 462 с.
129. Маляров Н.А. Жизненный путь человека: определение и содержание понятия // Электронный научный журнал «Личность в меняющемся

- мире: здоровье, адаптация, развитие», № 2, 2013. – С. 8-21. Эл. ресурс:
<https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznennyy-put-cheloveka-opredelenie-i-soderzhanie-ponyatiya>.
130. Маркс К. Экономико-философские рукописи // К. Маркс, Ф. Энгельс Из ранних произведений, М., Политиздат, 1956. – 690 с.
 131. Марксистская концепция человека и образ жизни. – Владимир : Владимирский гос. пед. ин-т , 1985. – 126 с.
 132. Маслоу А. Мотивация и личность // Абрахам Маслоу. - СПб. : Питер, 2011. - 352 с.
 133. Микляева А.В. Психология межвозрастных отношений. Монография. – МО.: СВИБТ, 2014. – М. Изд-во Перо, 2014
 134. Муздыбаев К. К. Оптимизм и пессимизм личности (опыт социолого-психологического исследования) /К.К.Муздыбаев // Социологические исследования, 2003. № 12, с. 87-96, <http://www.isras.ru/files/File/Socis/2003-12/mudzybaev.pdf>
 135. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности / А.А.Налчаджян. — Ереван, Издательство АН Армянской ССР, 1988. — 78 с.
 136. Непомнящая Н.И. Ценностность как личностное основание. Типы. Диагностика. Формирование. // Н.И. Непомнящая. - НПО «МОДЭК», 2000. – 176 с.
 137. Носенко Е.Л. Н.В.Коврига Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції:[Моногр]./Е.Л.Носенко, Н.В.Коврига; Дніпропетр.нац.ун-т. –К.: Вища шк., 2003.
 138. Образ жизни : Теоретические и методологические проблемы.— Киев, 1980.— 299 с. Стиль жизни личности ; Теоретические и методологические проблемы.— Киев, 1982,— 372 с.
 139. Павленко В.И. Представления о соотношении социальной и личностной идентичности в современной западной психологии /В.И.Павленко // Вопросы психологии. – 2000. – № 1. – С. 135 - 142.

140. Падун М. А., Котельникова А. В. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янов-Бульман./М.А. Падун, А.В.Котельникова //Психологический журнал, – 2008. – Том 29, №4 июль-август 2008. – с. 98-107.
141. Панок В.Г. Життєвий шлях особистості як категорія прикладної психології // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки. - 2014. - Вип. 2.12. - С. 146-151.
142. Панок В.Г., Рудь Г.В. Психологія життєвого шляху особистості: Монографія. – К. : Ніка-Центр, 2006. – 280с.
143. Петровский А.В. Вопросы теории и истории психологии / А.В.Петровский. — М.: Педагогика, 1984. — 272 с.
144. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. История и теория психологии – Ростов-на-Дону : Феникс, 1996. – 416 с.
145. Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности / В.А. Петровский – Ростов-на-Дону, 1996. – 512 с.
146. Подвойский Д.Г., Хайруллина Л.М. Социологические идеи Вильгельма Вундта // <http://www.nir.ru/sj/sj/sj2-01pod.html>
147. Покальчук О.В. Проксі-війна і інформаційні операції // LB.UA. Ел.посилання (на 21.02.2018):
+https://lb.ua/society/2017/12/13/384643_proksiviyna_i_informatsiyni.htm
1
148. Реймерс Н. Ф., 1991, Популярный биологический словарь, Н.Ф. Реймерс, М.: Наука.
149. Репкин В.В., Репкина Н.В. Развивающее обучение: теория и практика. - Статьи. — Томск: Пеленг, 1997. — 288 с.
150. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Прогресс, 1994.
151. Романова Е.С. Профессиональное становление и развитие с позиций дуального подхода // Системная психология и социология, 2010, том 1,

- №1. – Ел. ресурс: http://systempsychology.ru/journal/n_1_2010/8-romanova-es-professionalnoe-stanovlenie-i-razvitie-s-pozicij-dualnogo-podxoda.html.
152. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир / С.Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2003. – 512 с.
153. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1976. – 416 с.
154. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2000. – 712 с.
155. Рудоміно-Дусятська О.В. Екологічно-орієнтований спосіб життя як предмет психологічного дослідження / О.В.Рудоміно-Дусятська // Актуальні проблеми психології.Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / за ред. Максименка С.Д. – К., 2012. – Т.7, вип. 28 – С. 192 – 199.
156. Салливан Г. Интерперсональная теория психиатрии. – СПб.: Ювента . М.: КСП , 1999. – 347 с.
157. Сатир В. Вы и ваша семья. Руководство по личностному росту — М.: Апрель Пресс, Изд-во Эксмо, 2000. — 320 с.
158. Северцов О.М. Основы теории эволюции. - М.: Изд-во МГУ, 1987. — 320 с.
159. Селиванов В. И. Основные подходы к психологическому исследованию волевой активности личности / В. И. Селиванов // Экспериментальные исследования волевой активности. – Рязань, 1986. – 138 с.
160. Селигман М. Новая позитивная психология: [Монография]. /М.Селигман –М.: София, 2006
161. Сериков Г.Н. Личный энергоресурс как основа жизнедеятельности человека // Вестник Южно-Уральского государственного университета. – № 1, том 6, 2014. – С. 7-19.

162. Социалистический образ жизни и всестороннее развитие личности, – К. : Наукова думка, 1978.— 343 с.
163. Соціально-психологічні засади становлення екологічно орієнтованого способу життя особистості [Монографія] За редакцією Ю.М. Швалба – Київ: Педагогічна думка., 2015
164. Спенсер Г. Недостаточность естественного подбора. – С.-Петербург : Приложение к журналу «Научное обозрение», 1894. – 120 с.
165. Суслова Е.А. Основнымодусиуовниорганизациизжизнедеятельности молодежи России и Республики Беларусь. Акмеологическая модель и границы ее применимости // Мир психологии. – №3, 2008. – С. 241-254
166. Тарновская А. С. Формирование психологической готовности студентов университета к педагогической деятельности в школе: автореф. дис. ...канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / НИИ психологии УССР / А. С. Тарновская. – К., 1991. – 20 с.
167. Таротенко, О. А. Структура психологической готовности к выбору профессии в юношеском возрасте / О. А. Таротенко // Системогенез учебной и профессиональной деятельности: материалы IV Всероссийской научно-практической конференции. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2009. – 317 с.
168. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. – 160 с. ISBN 978-966-189-457-9
169. Титаренко Т.М. Життєвий шлях особистості в постмодерністському дискурсі / Т. Титаренко // Психологія особистості. - 2010. - № 1. - С. 11-18. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Po_2010_1_4

170. Тхостов А.Ш. Топология субъекта (опыт феноменологического исследования) / А.Ш. Тхостов // Вестник Московского Университета. Сер. 14, Психология. – 1994. – № 3. – С. 3-13.
171. Франкл В. Человек в поисках смысла. /В.Франкл –М.: Прогресс, 1990
172. Фрейд З. Введение в психоанализ. – СПб.: Питер, 1999. – 430 с.
173. Фрейд З. Психология бессознательного. // Зигмунд Фрейд. - СПб. : Питер, 2010. - 400 с.
174. Фрейджер Р., Фейдимен Дж. Личность. Теории, упражнения, эксперименты. – М. : Прайм-Еврознак, 2006. – 704 с.
175. Фромм Э. Бегство от свободы. – М. : Академический проект, 2008. – 256 с.
176. Фромм Э."Иметь" или "быть". // Эрих Фромм. - М. : АСТ, 2007. - 320 с.
177. Хащенко Н.Н. Социально-психологические факторы жизнедеятельности личности на экологически неблагоприятных территориях :Чернобыльский след // дис. ... канд. психол. наук. – М., 2002. – 190 с.
178. Хейдметс М. Психология среды: становление и поиск / М. Хейдметс // Тенденции развития психологической науки. / Отв. ред. Б.Ф.Ломов, Л.И. Анцыферова – М.: Наука, 1989. — С. 242 - 254.
179. Хомик В.С. Деформация субъективной картины жизненного пути при ранней алкоголизации : Автореф. дис. канд. психол. наук. – М., 1985.
180. Чепелева Н.В. Особистий досвід суб'єкта у контексті психологічної герменевтики / Н.В. Чепелева // Людина. Суб'єкт. Вчинок : Філософсько-психологічні студії. – К. : Либідь, 2006. – С. 280-302
181. Черноушек М. Психология жизненной среды. / Пер. с чеш. / М.Черноушек – М.: Мысль 1989. – 174с.
182. Чиксентмихайи М. Поток: психология оптимального переживания./ М.Чиксентмихайи –М.: Смысл; Альпина нон-фикшн, 2011
183. Чуприкова Н.И. Психология умственного развития. Принцип дифференциации. - М. : АО "СТОЛЕТИЕ", 1997. - 480 с.

184. Шадриков В.Д., Нижегородцев Н.В. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2001-256 с.
185. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия личности / Р.М. Шамионов. Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2004. 180 с.
186. Швалб Ю. М. Возвращение к забытой теме: проблема воли в психологии / Ю. М. Швалб // зб. наук. пр. Актуальні проблеми психології. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – Том VII. Екологічна психологія. – Вип. 37. – С. 186–199.
187. Швалб Ю. М. Еколого-психологічні виміри способу життя / Ю. М. Швалб //Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г .С. Костюка НАПН України – К., – Т.7. – Вип.5.– Ч.2. – С.294-301.
188. Шептенко О.Б. Системная детерминация профессиональных установок в реальной жизнедеятельности (На материале педагогического труда) / Олеся Борисовна Шептенко : дис. ... канд. психол. наук. – Барнаул, 1998 – 150 с.
189. Эльконин Д.Б., Давыдов В.В. Вопросы психологии учебной деятельности младших школьников. - М.: Издательство Академии педагогических наук РСФСР, 1962. — 287 с.
190. Ядов В.А. Взаимосвязь социологического и социально-психологического подходов к исследованию образа жизни // Психология личности и образ жизни / Ядов В.А. – М.: Наука, 1987. – С. 89 – 92.
191. Яковенко С.І. Психологічна допомога особам, що постраждали внаслідок екстремальних ситуацій та радіоекологічного лиха: навчальний посібник С.І.Яковенко – К., 1998.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ



Швалб Юрій Михайлович

доктор психологічних наук, професор,
завідувач лабораторією екологічної психології Інституту
психології імені Г.С.Костюка НАПН України



Вернік Олексій Леонідович

кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник,
старший науковий співробітник лабораторії екологічної
психології



Вовчик-Бакитна Олена Олександрівна

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,
провідний науковий співробітник лабораторії екологічної
психології



Кирпенко Тетяна Михайлівна

кандидат психологічних наук,
молодший науковий співробітник лабораторії екологічної
психології



Матвієнко Оксана Володимирівна

науковий співробітник лабораторії екологічної психології



Рудоміно-Дусятська Олена Володимирівна

кандидат психологічних наук,
доцент,
провідний науковий співробітник лабораторії екологічної
психології

Наукове видання

**ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ЕКОЛОГО-ОРІЄНТОВАНОЇ
ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

Монографія

Авторська редакція

Ум. друк. арк. 12,0

Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України

01033, м. Київ, вул. Паньківська 2;

тел./факс: (044) 288-33-20

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до Державного реєстру видавців, виготовлювачів
і розповсюджувачів видавничої продукції
№ 6418 від 03.10.2018 р.